

団体紹介資料

ふりがな 団体名	和那 ほか びんがわい 水曜 ヨガ同好会
活動内容	呼吸法と瞑想を基本としたヨガの練習
団体及び活動内容 のPR	体、心、息のコントロール 体と心のバランスを整え健康を維持する 呼吸法を取り入れ筋力と柔軟性の向上
実施場所	妻木公民館
実施日	水・3・4 水曜日
実施時間	PM 7:30 ~ PM 9:00
団体の登録者数	10 人
会費	有 (1ヶ月あたり 2,000 円) ・ 無
講師名	稲垣さかえ
問合せ先	氏名 杉山京子 電話番号 0572-57-3358

※当資料は窓口での縦覧及び市ホームページ掲載等により、広く一般に公開します。