

# ヨーガ・セラピー

yogatherapy

— 誰でも 参加できる やさしいヨーガです。疲れた心身を癒しましょう。—

2021 年度



11月～1月

身体や心の メンテナンスを行ない 不安や問題を 手放して

「本来のあなた」の 穏やかで 光輝く力を 取り戻しませんか？

時間：水曜 午前の部：10：00～11：30 計8回 30名

午後の部：13：00～14：30 計8回 30名

各部 ¥4,800 円

途中入会は、残回数×@600円

場所：旭区民センター 2F 小ホール

午前の部・午後の部

11/10,17 12/1,8,15,22 1/12,19

申し込み **当旭区民センター内** コミュニティ事業受託者事務所にて**受付中**

お問い合わせ 一財)大阪市コミュニティ協会 旭区支部協議会 06-6953-3901