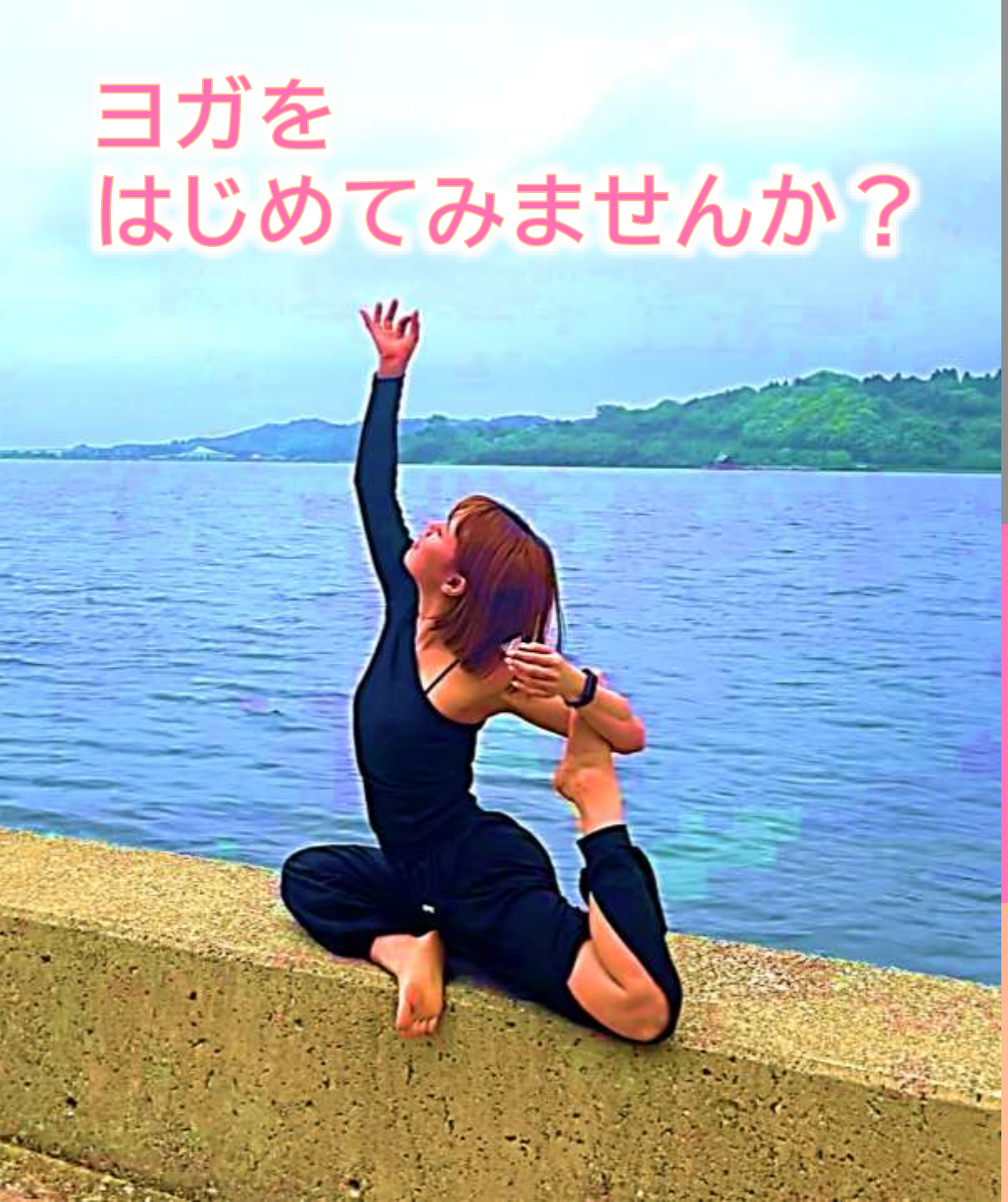


ヨガ教室　Vol.4

～年齢や性別問わず、人気のヨガで
ストレス軽減、肩こり腰痛等の体質改善～

日時：2026年12月8日（火）
10:00～11:00

会場：勝部地区公民館　和室

講師：ヨガインストラクター　KANAさん

締切：12月1日（火）

参加費
300円

定　員
10名程度

持ち物
・フェイスタオル
・水分補給用飲料
※動きやすい服装で、
起こしください。

申込み・お問合せ

0857-87-0340
鳥取市立勝部地区公民館
〒689-0526 鳥取市青谷町紙屋110