

5/7.14.21.28 [全4回]

(水) 9:30~10:30

気持ちよく身体を伸ばして心身ともにリラックス

# ストレッチ教室

申込日

窓口 4/15(火) 9:30~

電話 4/16(水) 9:30~

窓口での受付開始時に参加希望者が定員を超えた場合はその場で抽選となります。

場所

潮田地区センター

対象

成人8名

参加費

1,000円  
(全4回分)

持ち物

ヨガマットの上に敷く大判タオル  
動きやすい服装  
飲み物  
あれば、ラップの棒



〒230-0048

横浜市鶴見区本町通4-171-23 潮田交流プラザ2F

潮田地区センター TEL 045-511-0765

みんなとつながるまちづくり  
NPO法人  
鶴見区民地域活動協会  
(指定管理者)

日頃から、顔の見えるつながりを！ 自治会町内会に加入しましょう！