

チェア 椅子ヨガ教室

日時 令和8年7月16日(木)

午前10時30分～11時30分

場所 所沢サン・アビリティーズ(第1・第2研修室)

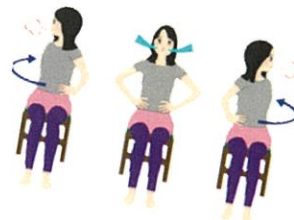
対象者 市内在住・在勤の方

人数 12名

参加費 無料

講師 竹之内 椅子ヨガインストラクター

受付 令和8年7月1日(水)09時～



いつでも・楽しく



お問合せ・お申込み 7月1日(水)午前9時から

窓口又はお電話 (04-2995-1301) にて受付

主催：所沢市公共施設管理公社 所沢サン・アビリティーズ