

白里公民館



ゆったりヨガ体験講座

白里公民館でゆったりヨガの体験講座を開催します。
ゆったりヨガは、ゆったりとした動きで、呼吸法を大切に
したヨガです。子どもや親子、高齢者の皆さんも行えますの
で、ぜひご参加ください。

- ▼日 時＝6月13日（土）
10時～11時30分
- ▼場 所＝白里公民館 1階 講堂
- ▼対 象＝市内在住、在勤、在校の方
（小学生以上）
- ▼募集人数＝25人（先着順）
- ▼参加費＝無料
- ▼持 ち 物＝ヨガマットかバスタオル、
運動できる服装、タオル、
飲み物等
- ▼申込方法＝右側の QR コードを読み込んで
電子フォームから申込みをして
ください。（電話申込みは不可）
- ▼申込期限＝6月10日（水）まで
（定員になりしだい受付を終了します。）



申請用 Logo フォーム
QR コード

※ 白里公民館では令和8年度定期講座の追加募集を行って
います。書道、水彩画、カラオケ、ゆったりヨガの各講座の
募集を行っていますので、興味のある方は広報6月号を確認
するか白里公民館にお問い合わせください。

問い合わせ先

白里公民館 0475 (77) 2172