



健康ヨガ教室のお知らせ

現在、健康ヨガ教室を月に1度火曜日に開催していますが、もっと多くの方に参加していただけるよう、今回は土曜日に計画致しました。
体が硬くても大丈夫、どなたでも気軽にご参加ください。

日時 2月27日(土) 午後1時30分~3時
場所 垂井中央公民館 3階
講師 全米ヨガアライアンス インストラクター
東洋医学経絡ヨガ公認 野村美智留 さん
会費 300円 定員 20人
持ち物 ヨガマット(ない方にはお貸ししますのでお申し出ください)



飲み物、大判バスタオルかブランケット、汗拭きタオル

*朝の検温、マスク着用でお願いします

*動きやすい楽な服装でお越しください(ジーパンは不可)

注意 コロナウイルスの感染状況によって変更になる場合もありますので
お問い合わせください

伊藤 22-5719 山河 22-4316

☆こんにちは、医療生協です！☆

わたしたちは医療・介護・福祉を中心とした生活協同組合の仲間です。

健康を願う地域の人たちが出資し合い、医師や看護師など医療の専門家と協力して診療所や介護施設を運営しています。組合員は施設を利用するだけでなく、医療に関する情報を共有したり、健康づくりや助け合いの活動も積極的に取り組んでいます。