

ヨガ		
サークル名	健康ヨガ道場	
代表者	斉藤 裕子	
電話番号	0428-76-0966	
その他連絡先		
活動目的・日時・場所		
活動目的	健康促進、ヨガのポーズや呼吸法により健康的な身体作り	
活動日時	毎週水曜日（5週目、祭日を除く） 午前10時30分～	
活動場所	S&Dたまごセンター（青梅市文化交流センター）	
一言PR		
<p>軽いストレッチから、自分の呼吸に合わせて楽しく、元気で豊かな毎日を過ごしましょう。</p>		

※連絡先が非公開になっている場合は、社会教育課へご連絡ください。

青梅市教育委員会 社会教育課 22-1111（代表）