

『ヨーガ2後期講座』 開催いたしました(*^_^*)



講座名	健康増進事業 <<『ヨーガ2 後期講座』>>		
目的	健康で明るい人生が過ごせるよう、体づくり並びに相互の交流を目的とします。		
内容	ヨーガの基本的なポーズと呼吸法、瞑想によって、健康な心と身体作りを図るための講座です。		
対象者・定員	成人 40名		
延参加人数	161名		
日時	講師	回数	
12月～1月 金曜日 19:00～20:30 コロナウイルス感染拡大防止のための臨時休館により6回まで実施し4回は中止となる。	吉津 あかね	全6回 (臨時休館のため4回中止のため全6回)	

アンケート感想など

コロナウイルス感染拡大防止のための臨時休館により残り4回は中止となったため、アンケートは未実施

講座の様子

