

毎月開催!!

4月度南東北春日地域開放教室

ヨーガ・セラピーのご案内

～こころとからだのリフレッシュ～

■日時

4月 3日(水)

午後3:00～4:00(5F)

4月 17日(水)

午後3:00～4:00(5F)

■会場

南東北春日リハビリテーション病院

■講師

畑 寿子 ヨーガ療法士

■参加費

無料 着替えの必要もございません

難しいポーズもなく、
椅子を使用して行いますので
誰でも気軽に行えます

