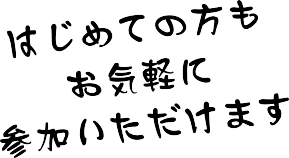
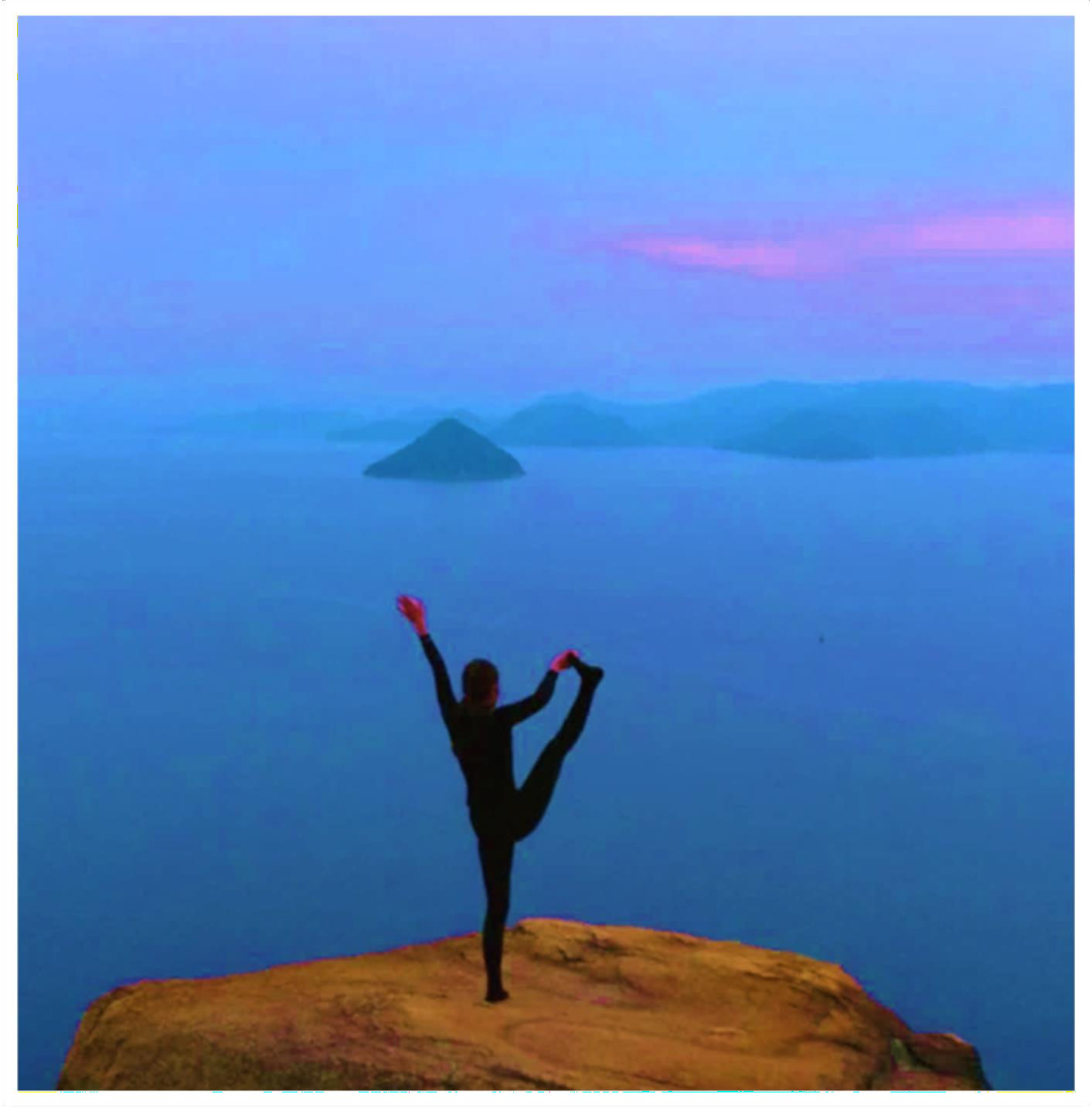
北須磨文化センター

# 4 月～6 月の随時講座 受講生募集中

# 女性限定

アンチエイジングヨガ



ワンコイン体験講座で好評のヨガ講座が、新たに

4 月～6 月の随時講座としてスタートします！

アラフォー、アラフィフ世代が参加しやすい夜の時間です☆

少しずつ身体に変化が起こりうる同世代で同じ悩みを共有し、ヨガで心と体を整えて、楽しく、美しく、前向きに歳を重ねていきましょう☆

## 第２・４月曜日

**１９：００～２０：３０ 定員２０名**

## 受講料６,６００円

**※初回持ち物：運動しやすい服装、タオル、水分補給の飲み物**

**日程：全６回**

**①4/11 ②4/25**

**③5/9 ④5/23**

**⑤6/13 ⑥6/27**

**講師：藤野 貴美**

## （ヨガ指導歴 15 年）

**《申込方法》窓口又はお電話にて先着順で受付**

（公財）神戸市民文化振興財団

北須磨文化センター ※第 1・3・5 月曜日休館

〒654-0154 神戸市須磨区中落合 3-1-2

TEL：078-791-0840 <https://www.kobe-bunka.jp/facilities/kitasuma/>