



# YOGA



## 代謝UPヨガ



ふだん動かさないからだを動かしてみませんか？

# 2 / 18 (日)

# 10 : 00 ~ 11 : 30

講師 西間木恵理氏

【プロフィール】

須賀川市出身 専修大学卒業  
オーストラリア・イタリア・カナダへ留学  
外資系リゾートホテルに勤務  
現在は

**Piacere Yoga+LifeUp Produce**  
開校中！！

【会場】 ルーム4-2

【対象】 市内在住・在勤で18歳以上 15名(先着順)

【参加費】 無料

【持ち物】 ヨガマット、汗拭きタオル、飲み物、動きやすい服装、素足での参加をお願いします。

※講座2時間前以降はお食事をとらないようにお願いします。

【申込】 1月28日(日)10:00~tetteオフィス、電話、申込フォームにてお申込みください。



友だち登録をお願いします！  
**須賀川市  
公式LINE**



申込フォーム  
(かんたん申請システム)



tette  
ホームページ

須賀川市民交流センターtette  
住所：須賀川市中町4-1 (0248-73-4407)