



3月のヨガ教室



日 程：下記カレンダーをご参照下さい。

場 所：阿蘇立野病院新館4階

「あそ統合医療研究所」

対象者：年齢・性別問わず、ご自身で通える方

持ち物：ヨガマット、または大きめのバスタオル

お水やお茶など水分補給できるもの

受講料：1000円（1回） 講 師：山川 千代

★来年度は新しいスタイルで、ヨガを取り入れた教室を開催予定ですのでお楽しみにしてください☆彡

【3月】



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7 10:30~ 11:45
8	9	10 ● 満月	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20 春分の日	21
22	23	24 ● 新月	25	26	27	28
29						



お問い合わせは、阿蘇立野病院 あそ統合医療研究所
(0967-65-8239) までご連絡下さい。