



# 9月のヨガ教室



日 程：下記カレンダーをご参照下さい。

(講師の都合により変更の場合あり)

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

ハンドタオル

受講料：1000円(1回)

講 師：山川 千代

【9月】



※夜の時間が  
変更になっています。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10 10:30~ 11:45	11	12	13	14 ●満月
15	16 敬老の日	17	18 18:00~ 19:15	19	20	21
22	23 秋分の日	24	25	26	27	28 10:30~ 11:45
29	30					
●新月						



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