

柳橋ふれあいプラザ 定期教室

令和3年10月スタート

開催教室

毎週木曜日

【シニアヨガ】

※60歳以上対象

15:00～16:00



毎週金曜日

【リラックスヨガ】

14:00～15:00



毎週土曜日

【健康体操】

10:15～11:00



毎週日曜日

【のびのびストレッチ】

11:00～12:00



料金：1回500円

持ち物：動きやすい服装、汗拭きタオル、飲み物（お持ちの方はヨガマット）
※更衣室がありませんので動ける服装でお越しください

事前
予約制

お電話または受付窓口でお申込みください
TEL：046-269-1580
受付時間：10:00～20:00（月曜休館日）

柳橋ふれあいプラザ
〒242-0026
神奈川県大和市草柳3丁目12-1
大和市環境管理センター2F

