

心と体を温めるヨガ

会員のみなさま、春風の気配を感じ、気持ちも華やぐ時期になってきましたが、
いかがお過ごしでしょうか。

今年の冬は寒くて運動が億劫になり、運動不足になっていませんか？

今の時期にぴったりなセミナーを企画しましたので、是非、ご参加ください。

こんな皆様にオススメです！

◎ヨガを体験してみたい！

◎体を動かしたいけど走ったり筋トレするのはちょっと…

～講師：西門口 里奈先生～

日時：令和6年3月17日（日）12時50分～13時50分

開催：沖縄県口腔保健医療センター大研修室 2F

対象者：沖縄県歯科衛生士会会員 参加費：無料

※当日は動きやすい服装、ヨガマット・ブランケットの持

参をお願いします。



←←申し込みフォーム

必須事項を入力して送信してください。