

らいわヨガ 体験会

健康で快適な日常生活を…



新しい本との出逢いに…



ヨガで身体を動かして 古典ヨガ体験会



おいしい飲み物を飲みながら 併設カフェ Hello

詳細

- 8:45-受付
- 9:00-9:45 ヨガ体験会
(ヨガ講師：小林千恵)
- 9:45-10:00
季節のおすすめの本紹介&tea time
(らいわ弥彦 司書)
(図書館併設カフェHello)
- 1回 (お茶・お菓子付き) 1,000円/1人

スケジュール

- 12月10日 (日)
- 1月14日 (日)
- 2月11日 (日)
- 3月17日 (日)

● 定員：15名

※定員になり次第締め切り
※レンタルヨガマット限りあり
お申し込み時にお問合せください

持ち物

ヨガマット・水分・動きやすい格好
タオル・着替え (必要な方)

【アクセス】



弥彦村図書館「らいわ弥彦」

ご予約は
こちら

弥彦村図書館「らいわ弥彦」

☎ 0256-94-3106

raiwa@vill.yahiko.niigata.jp

〒959-0392 新潟県西蒲原郡弥彦村大字矢作402番地
(弥彦村役場敷地内)