



京田辺の文化を

学ぶ・体験する・好きになる

文化講座

CULTURAL LECTURES

気軽に楽しめる文化講座で
新しい出会い♪
まずは1回、やってみませんか？

◆お申込みはお電話またはQRで◆
☎0774-29-9118
(京田辺市文化協会：文化講座係まで)

木曜日
2/20

10時～11時

やってみよう！ 健康ヨガ講座

インド式呼吸法とヨガで 身体と心をメンテナンス しませんか？



講師：RISA
(インドにてRYT200取得)
現在は臨床検査技師とヨガインストラクターの
兼業をしています

未経験・男性・女性・シニア
ご夫婦で、友人同士で どちらでもOK

京田辺市立
中央公民館 2F **2,000円**

運動不足を感じている方
健康にいいことをしたい方
無理なく始めてみたい方

初心者も
体の固い方も
大歓迎

YOGA DAY

<申込QR>

一般社団法人 京田辺市文化協会

☎0774-29-9118
〒610-0331京都府京田辺市田辺丸山2 1 4 (中央公民館内)

