



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)



HP LINE KYOTANABE\_BUNKA