

気軽にスタート！はじめてのヨガ体験 を実施しました



12月13日（水）に「気軽にスタート！はじめてのヨガ体験」を開催しました。

ヨガインストラクターの伊達さんに教えてもらいながら、ヨガの基本を楽しく体験していました。

参加者からは気軽に参加できてよかったとのお声をいただきました。

参加者数：12人

