

10月
October

無料

“アンチエイジング体操”

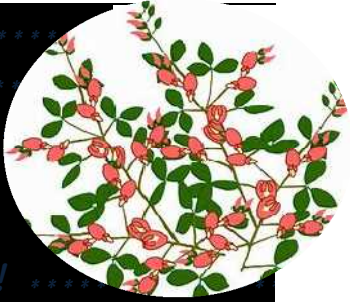


上靴
飲み物
持参

衣笠 青少年の家『みんなの家』

10月13日(金), 24日(火) 11:10-12:10

- ❁ 心と体の 呼吸法に最適な体操4種! *****
- ❁ 唾液腺マッサージで 大量分泌! *****
- ❁ 姿勢を正して 肩こりを解消!
- ❁ 「脳」起こして 五感みがきが一番!
- ❁ ♪音楽に乗って体を動かし、皆でわいわい
- ❁ 間違ってもOK ちょっと がんばってください! *****



連絡先 : 090-7854-9815 タカサワ

主催 : 社交ダンス愛好家の仲間たち ♪Harmony

E-mail : harmony.yokosuka@gmail.com

要 : 申し込み