

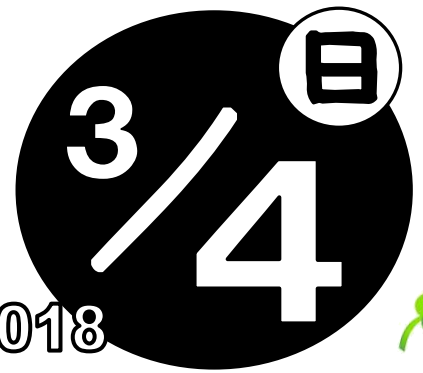
「カラダの元気とココロの元気」

～キラキラ輝く自分らしい毎日を～



フィットネスアドバイザー
Stott Pilates® IMP ISP認定インストラクター

講師 藤井 紀子氏



2018

10:30~11:30

会場：温海ふれあいセンターホール
鶴岡市温海戊577-1 (TEL:43-4411)

温海地域にヨガ教室の講師として
もいらしている、藤井紀子先生に、
毎日を元気に健康に過ごす秘訣に
ついてお話いただきます♪



温海地域婦人会員以外の方も、
お気軽においでください。
お待ちしております。

入場
無料



主催 温海地域婦人会

問合せ 温海庁舎総務企画課 TEL:0235-43-4611