



aroma yoga アロマヨガ

インストラクター
RiE-men

5月22日(水)

10:00～11:00am (Q&A11:00-11:30)

場所：高輪区民センター3階和室

費用：無料

定員：20名（下記申込にて抽選）

持ち物：ヨガマット（又は大きなバスタオル）
飲み物・汗拭きタオル・（着替え可）

アロマとヨガで、深いリラクゼーション効果・
リフレッシュ効果を得て、自律神経を整えましょう。
ヨガ初心者の方にも無理のないポーズです♥

お申込方法 電話又は窓口にて

高輪区民センター ☎ 03-5421-7616

申込期間：5/10(金)～5/17(金)まで
抽選後、当選者のみ5月18日(土)から電話連絡

港区立高輪区民センター TEL 03-5421-7616

〒108-8581 東京都港区高輪 1-16-25 高輪コミュニティープラザ3階

地下鉄南北線・都営三田線「白金高輪駅」下車1番出口すぐ
都営バス(田87) (東98) 「白金高輪駅前」下車 徒歩3分

高輪区民センターには駐車場のご用意はございませんので、公共の交通機関をご利用下さい。