



顔の表情筋を動かすことで顔や首のリンパや血液の流れを良くしむくみを解消しましょう。

顔 ヨ ガ 教室

2023年 3 / 2 ・ 9

13:30~14:30 木曜日 (全2回)

※コロナウイルス感染状況等によって、変更や休止を行う場合がありますので、ご了承ください。

場 所 伊勢原市体育館 2階 会議室

対 象 市内・市外の方問わず (高校生以上)
定員24名

参加費 1,000円 (全2回)
初回時にお支払いください。
※欠席の場合、払い戻しはできません。

持ち物 ・手鏡 (顔全体が入る大きさ) ・筆記用具
・タオル ・飲み物 ・フェイスガードを持っている方は持参

申込方法 2 / 1 (水) より
お電話または直接体育館管理事務所へ

利用方法

- ①当日、2階会議室までお越しください。初回は参加費をご用意ください。
- ②受付時に体温を測定させていただきます。また、感染症対策チェックリストの提出が必要です。チェックリストに該当する項目がある場合は参加できません。