

ヨガの夕べ



秋の夜、呼吸とともに整える1時間。



2026年9月23日 (水・祝)
19:30～20:30

参加費 550円

当日払い

当日申込

会場 サブアリーナ
担当 小中インストラクター

ヨガマットをお持ちの方はご持参ください。
お持ちでない方にはストレッチマットを貸し出します。

新座市民総合体育館

電話 048-478-8011