

# アートフォーラムあざみ野2012

## ★癒しのストレッチ★

### プログラム参加者募集

日時：10月21日（日）アートフォーラムフェスティバル2012

- ① 13時30分より14時 ② 14時より14時30分  
③ 14時30分より15時 ★入れ替え制で行います。

定員：①、②、③回ともに20名 参加費：300円(当日受付)

場所：アートフォーラムあざみ野 健康スタジオ

日ごろ忙しい女性が、自分のカラダをいたわり、リラックスして、ストレスが解消できるように…。そんな願いをこめて「★癒しのストレッチ★」を行います。大切な自分のカラダ、ストレッチで癒してみませんか？どなたでもお気軽にご参加いただけます。  
(\*^^)v

講師：吉田真理子 ・健康運動指導士

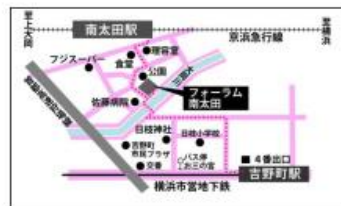
・日本フィットネ協会エアロビックダンスディレクター

・アートフォーラムあざみ野「からだを整えるソフトエクササイズ

担当指導中★

<http://www.women.city.yokohama.jp/find-from-p/p-seminar/search/detail/?id=3348>

〒232-0006  
横浜市南区南太田 1-7-20  
TEL 045-714-5911



交通：●京急「南太田」下車 3分  
●市営地下鉄「吉野町」下車 7分  
●バス「お三の宮」徒歩 5分