

公園でヨガ



6月1日(土曜日)

初夏の晴天の下、海を眺めながらヨガ教室を開催しました。様々な方向へ肩や首。股関節を動かした事で普段使わない筋肉がほぐれ、コリが解消されたのではないのでしょうか。爽やかな風に吹かれながらのヨガで、心も体もリフレッシュしていただけたと思います。

イベント

ラベンダースティック講習会

令和6年6月19日(水曜日)

10時から正午まで・雨天決行

申し込み：6月9日(日)午前10時より

電話にて受付開始。先着順、定員になり

次第締め切り

定員：15名(先着順)

第13回フォトコンテスト

「せんなん里海公園の魅力フォト」

募集期間は令和6年10月31日まで

応募枚数：お一人様2点まで

応募方法：持参・郵送・ホームページより応募いただけます

詳しくはホームページ
電話でお問合せください。

