

ヨガ体験教室開催！（1月29日開催）



1月29日（火）コープさっぽろ西岡店スタジオにて、井上あや先生にご指導いただき、ヨガ体験教室を開催しました。身体をほぐす運動から、色々なポーズにチャレンジするなど、ヨガでの運動を楽しみました。

次回は、2月19日（火）12:30～コープさっぽろ西岡店スタジオにて行います。



（仮）真駒内スポーツコミュニティークラブ事業は、totoスポーツ振興じ助成事業を受けて活動しております。

ご参加いただいた皆様ありがとうございました。また一緒に活動できる日をスタッフ一同楽しみにしております。