

# お知らせ

コロナウィルス感染予防の為、自主事業の講座を休止しておりましたが、新講座「やさしい骨盤ケアとストレッチ」「フラワーアレンジメント」の2講座を開催致します。  
また、「健康麻雀」「歌声ひろば」講座につきましては今後の状況に応じて対応させていただきます。  
詳細はホームページ・掲示板をご覧ください。  
皆さまのご理解ご協力を賜りますよう宜しくお願い申し上げます。

## 記

**新講座「やさしい骨盤ケアとストレッチ」では  
ヨガをベースにしたストレッチでカラダの土台となる骨盤を整え  
～疲れにくいカラダづくり～を行います**

「やさしいヨガ教室」は3月末日をもちまして終了致しました。

ご参加くださいますと誠に有難うございました。

赤羽会館 カルチャー・ヘルス企画

お問合せ 管理事務所 03-3901-8121