

顔の表情筋を動かすことで顔や首のリンパや血液の流れを良くしむくみを解消しましょう。

# 顔ヨガ教室

2025年3月6日・13日

13:30~14:30 木曜日 (全2回)

**場 所** 伊勢原市体育館 2階 会議室 (空調設備有)

**対 象** 市内・市外の方問わず (高校生以上) 定員24名

**参加費** 1,000円 (全2回) 初回時にお支払いください。  
※欠席の場合、払い戻しはできません。

**持ち物** ・手鏡 (顔全体が入る大きさ)  
・筆記用具 ・タオル ・飲み物

**申込方法** 2月1日 (土) よりお電話または直接体育館管理事務所へ

お問合せ : “元気な伊勢原づくり”共同事業体 伊勢原市総合運動公園 体育館 管理事務所

TEL 0463-92-3536 FAX 0463-92-3777

e-mail [info@genkina-isehara.net](mailto:info@genkina-isehara.net)



“元気な伊勢原づくり”共同事業体