



顔の表情筋を動かすことでき
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よう。

顔ヨガ教室

2026年3月5日・19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（日）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



“元気な伊勢原づくり”共同事業体