

家族葬のゲートハウス 3月イベント開催のご案内

参加無料・ご予約不要です。ぜひご来館ください!



フラダンス教室 大人気!

全身を使ったゆるやかな動きが美容・健康に効果的!一緒に体験してみませんか? 【講師】 Haleakala Nao



3/6 水 13:00~14:00 ゲートハウスさいか (和歌浦西1-1-19)

3/27 水 11:00~12:00 ゲートハウス狐島 (狐島3-1)

チェア (椅子) ヨガ教室

座位で、身体を前屈、後屈、側屈、ひねりの4方向に動かし、日常に使わない部位にも働きかけ、呼吸と共に身体の今ある可動域をひろげます。身体改善の効果と、素敵な笑顔が観られる效能も♪



【講師】 脇田 幸氏

3/6 水 11:00~12:00 ゲートハウスさいか (和歌浦西1-1-19)

3/27 水 13:00~14:00 ゲートハウス狐島 (狐島3-1)



同時開催

上記イベント開催時に「家族葬相談会(10:00~14:00)」も開催しています