

튼튼팔팔 요가교실

참여자 모집

일상에 활력을 더하고 건강한 삶을 위한
요가교실에 주민여러분의 많은 관심과
참여 부탁드립니다.



모집 기간

2026. 8. 3.(월)~ 8. 7.(금)

* 신청방법: 전화 및 방문 접수(접수처: 3층 체력측정실 및 건강상담실)

모집 대상

관내 지역주민 25명

운영 일시 및 장소

- 운영일시: 2026. 8.13.(목)~9.22.(화)
매주 화,목요일 10:00~11:00
- 운영장소: 연무마을 어울림터 2층 프로그램실 1
(어울림건강생활지원센터 건물 내 2층)

운영 내용

- 사전, 사후 기초건강검사
- 전문 강사와 함께하는 맞춤형 요가 교실



접수 및 문의

031-5191-0163, 0154

어울림건강생활지원센터