

アイバル国際理解講座（春期シリーズ）

## カナダで大人気のヨガを一緒に

講師は韓国系カナダ人の国際交流員、ユリ・リー。  
カナダで人気のある瞑想ヨガ（呼吸を整え心身共にリラックス  
します）と韓国美容ヨガ（ダイエット効果も！）の両方を  
英語を交えて紹介します。



開催日：**7月8日（水）**

時 間：**18:30～20:00**

場 所：**アイバル香川3階**

申込み：参加費500円を添えて  
アイバル香川2F事務室へ

※動きやすい服装や  
飲み物、タオルを  
ご用意ください。

（財）香川県国際交流協会

TEL： **087-837-5908**