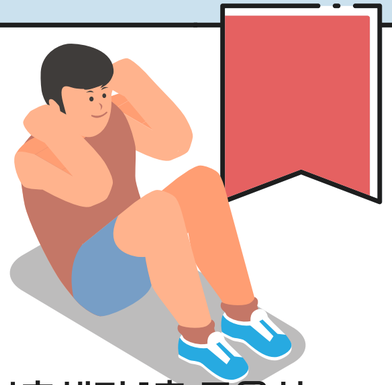
서대문장애인체육회 강사지원으로 진행되는

요가 프로그램



요가 프로그램



언제? 매주 화요일 오후

어디서? 영광시각장애인주간보호센터 1층 교육실





흥미롭고 다양한 스트레칭으로 체력관리 및 에너지 발산의 좋은 기회가 되고 있어요~