

リラックスヨガ

初心者でも安心。ヨガをすることで身体をほぐし、リフレッシュすることができます。

- ★と き 10月3日、10日、17日(金) 午前10時～11時半
- ★と ころ 卯ノ里コミュニティセンター 和室
- ★講 師 全米ヨガアライアンス RYT200 認定ヨガ講師 日高美由紀氏
- ★対 象 町内在住、在勤の方
- ★定 員 12名(先着順) ※定員の半数に満たない場合は中止になります。
- ★費 用 受講料 2,000円(初回徴収)
※ おつりのないように準備をお願いします。
- ★持 ち 物 ヨガマット、飲み物、タオル、ブランケット
※ 動きやすい服装で参加してください。
- ★申 込 み 9月5日(金)から24日(水)までに問い合わせ先へ(電話申込可)
※ 窓口を優先して受付



《問い合わせ先》東浦町学び支援課
(メモリー とんがったスタイル 文化センター)
TEL (0562) 83-9567

----- き り と り -----

リラックスヨガ 受講申込書

No. ヨガ - _____

ふりがな 受講者氏名	
住 所	東浦町大字
電話番号 (緊急連絡先)	