

ヨガ教室



年齢・性別・問わず！
参加者募集



冷えやだるさ、肩こり
むくみの改善に

運動不足の解消に

心と体をリフレッシュ

ご好評いただいておりますヨガ教室を開催いたします。初心者の方もおひとり様も大歓迎です！

*開催予定日：令和5年10月～令和6年1月の**土曜日 全15回**

(R5年) 10月／ 7日, 14日, 21日, 28日

11月／ 4日, 11日, 18日, 25日

12月／ 2日, 9日, 16日, 23日

(R6年) 1月／13日, 20日, 27日



*時 間： 19時～21時

*講 師： 原口 菜生 氏

*場 所： 大野地域市民センター 大会議室

*持ち物： タオル・飲み物・動きやすい服装・ヨガマット（貸出しあり）

*参加費： 1,500円 ※参加費は、初日にご持参ください。

*募集定員： 12名 ※定員を超えた場合は、新規申込者を優先させていただきます。

★講師の都合等により、日程が変更になることがあります。

8月28日(月)～9月15日(金)まで

*申込方法

●電話または、下記の**参加申込書**にご記入の上、

大野地域市民センターまで申し込み下さい。(☎ 67-0001 まで)



※ キリトリ ※

〈ヨガ教室参加申込書〉

・個人情報は本事業以外には使用いたしません。

名 前	年 齢	住 所	昼間繋がる連絡先
			— —



【お問合せ】大野野地域自治振興会(水曜のみ) TEL:60-2661
大野地域市民センター TEL:67-0001

ヨガマット(○印) 有・無