

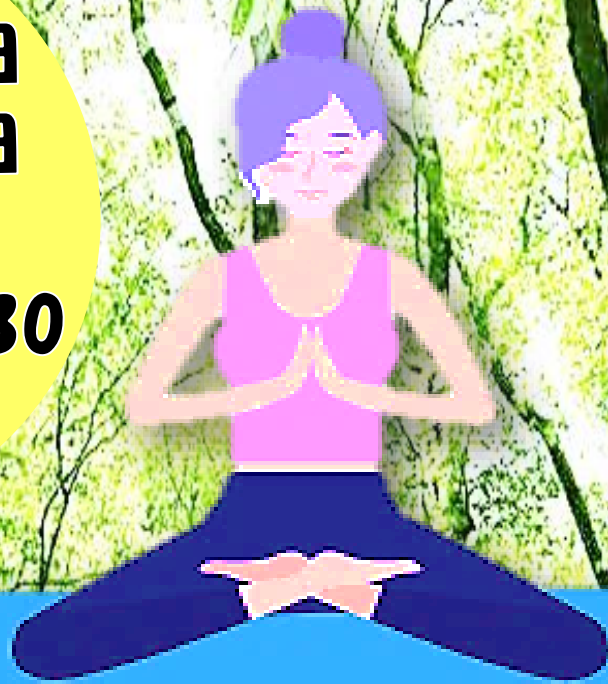
リラクゼーション

ヨガ教室

参加費無料

～心と体をリラックスしませんか～

9月20・27日
10月4・11日
いずれも(金)
13:30～14:30
全4回



講師：国峰 かおる先生（公民館登録サークル「リラクゼーション ヨガ サークル」指導者）

- ◆会場：大石公民館 体育室
- ◆対象：市内在住の方
- ◆定員：20人
- ◆持ち物：ヨガマット・お持ちの方はヨガソックス
- ◆申込み：①講座名「リラクゼーション ヨガ 教室」



応募フォームはこちら

②住所 ③氏名 ふりがな ④電話番号 ⑤年齢を記入し、
9月2日(月)までにメール s723400@city.ageo.lg.jp
または応募フォームで大石公民館へ