

フライデーヨガ（Ⅱ期）



～夕方コース追加しました～

初心者向けのやさしいヨガです



開催日：9/2～11/25 の金曜日
(9/23・30・10/28 を除く 全10回)

時間：① 3時15分～4時15分
② 4時30分～5時30分
③ 5時45分～6時45分

会場：青葉台コミュニティハウス 1階 多目的室

定員：女性 18名（各コース）

メールはこちらから

（お子様同伴不可・多数抽選）

参加費：4,500円（保険料含む）

持ち物：マスク・ヨガマット・水筒

申込方法：往復はがき又は返信用はがき持参

メール（自主事業専用）応募多数抽選

E-mail aobadai@h02.itscom.net

※氏名・住所・電話番号・年齢（保険に必要なので明記下さい）

①～③のご希望の時間を第1希望、第2希望、第3希望の順に必ず明記をお願いします。

8/17（水）必着

青葉台コミュニティハウス「本の家」TEL 045-981-1400

ホームページ <http://yokohama-shisetsu.com/aoba/>

指定管理者：公益社団法人 横浜市民施設協会

