

やさしいヨガ (11期)

基本的なポーズ中心の初心者向けのヨガです。

日程: 9/16、30、10/7、14、21、28(金) / 全6回

■会場 美しが丘西地区センター 体育室

■時間 午前10時35分～11時35分

■募集 55人

■参加費 2,500円(全回分・保険料含む)

■持ち物 マスク着用、ヨガマット(バスタオルでも可)



講師: 松沢康代先生

■申込方法 ① 往復はがきに、必要事項を記入

② 返信用のはがきを持って直接窓口へ

③ 自主事業用メールアドレス(uw2@g07.itscom.net)宛にメールを送信 (件名に必ず講座名を入れてください)

■必要事項 (講座名、氏名、住所、年齢、電話番号)を記載して下さい

8月30日(火)必着 応募者多数の場合は抽選



自主事業用メールアドレス
uw2@g07.itscom.net

【問合せ】

〒225-0001 青葉区美しが丘西3-60-15
美しが丘西地区センター

☎ 045-903-9204

指定管理者: 公益社団法人横浜市民施設協会

お車でのご来館はご遠慮ください

