



平成 28 年度 美しが丘西地区センター主催事業

# やさしいヨガ

基本的なポーズ中心の初心者向けのヨガです。

講師：松沢 康代 先生

日程：9月2日～10月7日（金）／全6回

時間：午前 10 時 30 分～11 時 30 分

会場：美しが丘西地区センター・体育室

募集：50 人

参加費：2,000 円（全回分・保険料含む）

申込方法：往復はがきに、住所・氏名・年齢・電話番号・講座名を記入。

又は、返信用のはがきを持って直接窓口へ。

8月21日（日）必着。応募者多数の場合は抽選。



お問合せ：美しが丘西地区センター  
横浜市青葉区美しが丘西3-60-15  
TEL：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。