



あつまるつながる笑顔になる

平成 30 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：平成 31 年 1 月 11 日～2月 15 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：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

1 月 5 日（土）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

〒225-0001
青葉区美しが丘西 3-60-15
美しが丘西地区センター
問合せ TEL045-903-9204

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。