

マンデーナイトヨガ

～からだの堅い方歓迎～



R3年

開催日：1/18～3/22の月曜日
(1/11・3/1を除く 全9回)

初心者向けの
やさしいヨガ
です!

時間：午後 6時30分～7時30分

会場：青葉台コミュニティハウス 1階 多目的室

定員：一般 15名 (多数抽選)

参加費：5,000円 (保険料含む)

持ち物：マスク・ヨガマット・水筒

メールはこちら
から



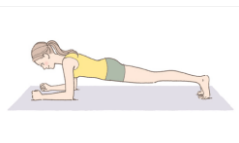
申込方法：往復はがき又は返信用はがき持参

メール (自主事業専用)

E-mail aobadai@h02.itscom.net

※氏名・住所・電話番号・年齢 明記

12/24 必着



青葉台コミュニティハウス「本の家」 TEL 045-981-1400

〒227-0062 青葉区青葉台 2-25-4

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

