

～スポーツの秋、ヨガをはじめましょう

フライデーヨガⅡ

開催日: 9/1～11/17の金曜日

(9/22・11/3を除く 全10回)

時 間: ①3時15分～4時15分
②4時30分～5時30分
③5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 22名(各コース)

(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: ヨガマット・水筒

申込方法: 往復はがき又
返信用はがき持参

(自主事業専用メール)

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。

8/10(木)必着



イラストはイメージです

