

春、新しいこと始めましょう

フライデーヨガ I

開催日: 4/11~6/20の金曜日

(5/2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 20名(各コース)

(お子様同伴不可・多数抽選)

参加費: 4,500円(全回分)

持ち物: ヨガマット・水筒

申込方法: 往復はがき又は返信用はがき持参

(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。

3/21(金)必着



簡単でやさしいヨガです。

初心者大歓迎です

青葉台コミュニティハウス「本の家」TEL 045-981-1400

ホームページ <http://yokohama-shisetsu.com/aoba/>

227-0062横浜市青葉区青葉台2-25-4