

心も体も整えましょう

マンデーンナイトヨガ

開催日： 9/ 8～11 /17 * 祝祭日を除く

毎週 月曜日 全8回

時 間：PM6:30-7:30

場 所：青葉台コミュニティハウス 1階 多目的室

定 員：一般男女 20名 *多数の場合は抽選

参加費：4500円（全回分）

持ち物：ヨガマット、補水（水筒使用可）

申込方法：往復はがきか、返信用はがきを持参
もしくは自主専用メール↓にて。

E-mail aobadai@h02.itscom.net

※必須記載項目

・氏名・住所・電話番号・年齢（保険に必要な情報です）

8/ 25（月） 必着



青葉台コミュニティハウス
〒227-0062 青葉台2-25-4
電話：045-981-1400

マンデーンナイトヨガⅡ
申込用メール
QRコード→



心も体も整えましょう

マンデーナイトヨガ

開催日： 9/ 8,22,29 10/6,20,27 11/10,17

祝祭日を除く 毎週 月曜日 全8回

時 間：PM6:30-7:30

場 所：青葉台コミュニティハウス 1階 多目的室

定 員：一般男女 20名 *多数の場合は抽選

参加費：4500円（全回分）

持ち物：ヨガマット、補水（水筒使用可）

申込方法：往復はがきか、返信用はがきを持参
もしくは自主専用メール↓にて。

E-mail aobadai@h02.itscom.net

※必須記載項目

・氏名・住所・電話番号・年齢（保険に必要な情報です）

8/ 25（月） 必着

青葉台コミュニティハウス
〒227-0062 青葉台2-25-4
電話：045-981-1400

マンデーナイトヨガⅡ
申込用メール
QRコード→

