

やさしいヨガ(1期)

基本的なポーズ中心の初心者向けのヨガです

日程：5月13日～6月17日(金) / 全6回

時間：午前10時35分～11時35分

会場：美しが丘西地区センター・体育室

募集：55人

参加費：2,500円(全回分・保険料含む)

講師：松澤康代先生

持ち物：マスク着用・ヨガマット(バスタオルでも可)



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・年代・電話番号

4月20日(水) 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 TEL：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