

午後のゆったりヨガ

午後のひととき、ゆったりした時間をヨガにあててみませんか？

4 / 9	4/23	5/14	5/28
6/11	6/25		
3/11		2/4	2/25

ご好評につき

定員に達しました！

～またのご応募をお待ちしております～

毎月第2・4火曜日（全20回）
2月は第1・4火曜日

- ◆時 間 **13時00分～13時45分**
- ◆会 場 美しが丘西地区センター体育室
- ◆募 集 **60人**
- ◆参加費 **5,000円**（全回分・保険料含む）
- ◆講 師 中井 幸江先生
- ◆持ち物 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

3月12日（火）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

【問合せ】
〒225-0001 青葉区美しが丘西3-60-15
美しが丘西地区センター
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