

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 5/9,16,23, 6/6,13,20(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 60人
- 参加費 3,000円(全回分)
- 持ち物 ヨガマット(バスタオルでも可)



講師:松沢康代先生

■申込方法 ① 返信用のはがきを持って直接窓口へ

- ② 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(しめい)、住所、年齢、電話番号)を記載して下さい

4月23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

【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
☎ 045-903-9204

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

