癒しのヨガ教室 A・B

ゆったりとした動き・ポーズで全身のコリをほぐし、全体的に伸ばすのでリラクゼーション効果抜群です。
初心者の方でも気軽にご参加いただけますので、
日々の溜まった疲れを取りに来られてはいかがでしょうか。
男性の方も参加できる教室です。

●日　時　A　18：30～19：30　木曜日
　　B　19：45～20：45　（各全10回）
※コースをまたいでの受講はできません

●講　師　奥田　京子 先生

●定　員　各30名

●受講料　各5,500円

日程

第　1　回	第　2　回	第　3　回	第　4　回	第　5　回
4月13日	4月20日	4月27日	5月11日	5月18日
第　6　回	第　7　回	第　8　回	第　9　回	第　10　回
5月25日	6月1日	6月8日	6月15日	6月22日

申込日：令和5年3月23日（木）19：30～19：45

●申込み当日に来られない方は往復はがきでの仮申し込みが可能です。（3/22必着）
抽選になった場合は当日会場にいらした方が優先になります。
空きのある場合は、定員になるまで事務所にて申込を受付けます。

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、教室を変更・中止する場合があります。
最新の情報はホームページをご覧いただくか、お電話にてお問い合わせください。

主催　一宮スポーツ文化センター　指定管理者　0586-24-1881　https://www.supobun.or.jp