

体が目覚める！

かんたん朝ヨガ

朝からヨガでリフレッシュ！
一日の始まりを、脳と体をすっきりさせていきましょう！

●講師 **三枝 由香理** 先生

●定員 **15名**

●受講料 **5,500円**

※当館主催の教室は教室傷害保険に加入しております。

●申込日 **令和4年9月26日(月)**

9:30～9:45

※お電話での予約・申込みは出来ません。

※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。
(9/25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
申込を受付けます。

開催日

全10回(月曜日・10:00～11:00)

① 10月24日

② 10月31日

③ 11月14日

④ 11月28日

⑤ 12月12日

⑥ 12月26日

⑦ 1月23日

⑧ 1月30日

⑨ 2月13日

⑩ 2月27日

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くださいか、
お電話にてお問い合わせください。

一宮スポーツ文化センター

Tel 0586 - 24-1881

<https://www.supobun.or.jp>

