## 施しのヨガ教室 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



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。

## 日程

第	1	回	第	2	口	第	3	回	第	4	回	第	5	回
9月28日			10	月5	田	10	月12	日	10	月19	日	10	月26	日
第	6	回	第	7	口	第	8	□	第	9	□	第	10	回
11月2日			11月9日			11月30日			12月7日			12月14日		

申込日:令和5年9月14日(木)19:30~19:45

※19:30~19:45に整理券を配布、19:45から説明開始

- ※お電話での予約・申込はできません。
- ※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。
- ※当日会場に来られない方は往復はがきでの仮申し込みができます。(9/13必着)

