

ベーシックヨガ

無理なく健康維持を！

日程 9/8・15・22・29・
10/6・13・20・27・11/3・10
全10回（火曜日）

時間 【A】 9時20分～10時20分
【B】 10時35分～11時35分

定員 各16名
（応募者多数の場合は抽選の上、
A・Bは、センターで振り分けます）

参加費 5000円

※ヨガマットの貸し出しはありません



◆ 応募方法 ◆

① 往復はがきに、講座名・住所・氏名・年齢・電話番号（必ず）をご記入の上お申し込みください

② 来館される方は、普通はがきをお持ちになりお申し込みください

* 応募者多数の場合は抽選となります（先着順ではありません）

〒236-0021
金沢区泥亀2-14-5
金沢地区センター

しめきり 8月20日