

ベーシックヨガ

無理なく健康維持を！

日程	1/12 2/16	1/19 2/23	1/26 3/2	2/2 3/9	2/9 3/16
----	--------------	--------------	-------------	------------	-------------

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うえ、 A・Bはセンターで振り分けます)
----	---

場所	大会議室
----	------

参加費	5000円
-----	-------

持ち物	<u>ヨガマット</u> 、フェイスタオル、飲み物
-----	---------------------------

応募方法	往復はがきに、講座名・ <u>住所</u> ・氏名・年齢・ <u>電話番号</u> を明記のうえ下記までお送りください。 来館してお申し込みされる場合は 普通はがきをお持ちください。
------	---



締切 12月20日(日)必着

