

# 水曜日のヨガ

## 心と体をリラックス！

日程	11/17	11/24	12/1	12/8	12/15
	全5回（水曜日）				
時間	10時～11時				
定員	16名（応募者多数の場合は抽選になります）				
場所	大会議室				
参加費	3000円				
持ち物	ヨガマット、フェイスタオル、飲み物 運動しやすい服装でお越しください				



### 応募方法

- ①往復はがきで応募される場合は、〒 住所、氏名(ふりがな)、年齢、**電話番号(必ず)**をご記入のうえ、下記までお送りください。
- ②来館してお申込みされる場合は、返信用のはがきをご持参ください。
- ③インターネットでもお申込みが出来るようになりました。  
申込みフォームに必要事項を入力し、送信してください。  
(金沢地区センターホームページから)

〒 236-0021 金沢区泥亀2-14-5  
金沢地区センター  
TEL 045-784-5860

締切  
10月20日(水) 必着

新型コロナウイルス感染防止のため、入館時の検温、手指のアルコール消毒、マスク着用のご協力を引き続きお願いします