

# 水曜日のヨガ

- ◆日時 11月20・27日・12月4・11・18日  
水曜日 全5回 10時～11時
- ◆場所 大会議室
- ◆対象 成人
- ◆募集人数 30名(応募者多数の場合は抽選)
- ◆参加費 3000円
- ◆持ち物 汗拭きタオル、飲み物、室内履き  
ヨガマット  
動きやすい服装でご参加ください

## ・・・応募方法・・・

- ① 往復はがきでお申込み
- ② 来館にてお申込み(はがきを持参)
- ③ ホームページからお申込み(トップの講座イベント→申込フォームより)
- ④ スマートフォンよりお申込み(右のQRコードよりお入りください)  
講座名、住所・氏名・郵便番号、電話番号、年令をご記入の上お申込みください。



申込フォームアクセス

※返信までに若干お日にちをいただくこともあります。  
あらかじめご了承ください。

しめきり 10月20日必着



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