

# なみきほぐしヨガ

協力:よこすか自然生活 Ayus

日 程・・・1期・4/13、4/27、5/11、5/25、6/8、6/22、7/13、7/27  
2期・8/24、9/14、9/28、10/12、10/26、11/9、**11/23**  
3期・12/14、12/28、1/25、2/8、2/22、3/8、3/22  
毎月第2・4火曜日(8月、1月は第4のみ)

時 間・・・10時～11時30分

募 集・・・18人抽選

参加費・・・1期・4,800円(8回分)  
2期・3期・4,200円(7回分)

持 ち 物・・・ヨガマット・汗拭きタオル・飲み物

応募方法・・・往復ハガキの往信面に、講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を  
返信面に、住所、氏名を明記の上お申し込みください。  
直接来館される方は、63円の普通ハガキに住所、氏名を明記の上  
お申し込みください。

※2期目以降の申込は窓口にお問合せください。

締 切・・・3月20日(土)必着

- ※ 応募いただいた個人情報は目的以外に使用することはありません
- ※ 途中キャンセルの場合、参加費は返却されませんのでご了承ください
- ※ 最少実施人数10人

並木コミュニティハウス

〒236-0005 横浜市金沢区並木 2-8-1 電話/FAX 781-7110  
ホームページアドレス <https://officekanazawa.org/namiki/>

