

令和2年度 並木コミュニティハウス自主事業

椅子を使った優しいヨガ

椅子を使ったヨガで心身ともに癒されましょう



協力：よこすか自然生活 Ayus

日程・・・12/1、12/15、1/5、1/19、2/2、2/16、3/2、3/16

毎月第1・3火曜日

時間・・・10時～11時30分

募集・・・15人抽選

参加費・・・4,800円(8回分)

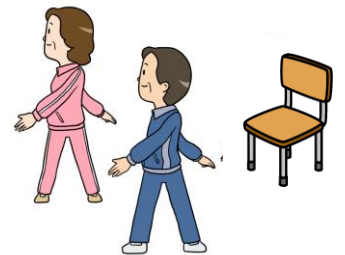
持ち物・・・ヨガマット・汗拭きタオル・飲み物

※ヨガマットの貸し出しはありません。

申込・・・往復ハガキの往信面に、講座名、住所、氏名、年齢、電話番号
返信面に、住所、氏名を明記の上お申込みください。

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。

締切・・・11月20日(金)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/>