

# なみきほぐしヨガ 追加募集



協力：よこすか自然生活 Ayus



ヨガで心も身体もリフレッシュ！！スッキリ笑顔に♪  
一緒にヨガを始めてみませんか？初心者の方も大歓迎です。

日 程…（第2・4火曜日）※8/12、10/14、1/13は休館日

時 間…10時～11時30分

1期 終了いたしました。4/8、4/22、5/13、5/27、6/10、6/24、7/8、7/22

2期 8/26、9/9、9/23（祝）、10/28、11/11、11/25

3期 12/9、12/23、2026/1/27、2/10、2/24、3/10、3/24

募 集…若干名

参 加 費…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

※ヨガマットをお持ちでない方は、バスタオルをお持ちください。

応募方法…お電話または直接窓口にお越しください。

※ 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

※ 各期1回目実施前までのキャンセルは可能です。

※ 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/>

