

木曜 YOGA

日 時

毎週木曜日 10:00~11:00

※講師・体育館の利用状況により休講となる場合があります。

場 所

奥州市総合体育館ミーティングルーム

参加料

1回券/500円 6回券/2,500円

定 員

25名(定員になり次第受付終了)

持ち物

飲み物、動きやすい服装

ヨガマットまたは大判のバスタオル

講 師: **柴田 ミキコさん**

・IHTA 認定ヨガインストラクター/脳育ベビーヨガレッチ
インストラクター

・Nico Times 認定子どもヨガインストラクター

受付開始日

3月13日(木)9時~

◎申し込み・問い合わせ TEL.0197-22-7000 FAX.0197-22-7001

開催日

4月							5月							6月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	比	水	木	金	土
		1	2	3	4	5					1	2	3	1	2	3	4	5	6	7
6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14
13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
27	28	29	30				25	26	27	28	29	30	31	29	30					

きりとり

【木曜YOGA 参加申込書】

令和 年 月 日

フリガナ		連絡先	
氏 名		(自宅 / 携帯)	
住 所			
緊急連絡用	※ 臨時休講等の情報をより早くお伝えするために、緊急連絡用メールアドレスのご記入をお願いします。		
メールアドレス	※ zarena@oshu-bunka.or.jp からご連絡しますので、メールを受信できるよう設定をお願いします。		