

回 覧

ヨガ教室のご案内

日常の疲れをリセット！
ゆったりくつろぐ時間を作りませんか？

日 時	①9月 8日 (木) 19:00～20:30
	②9月15日 (木) 19:00～20:30
	③9月22日 (木) 19:00～20:30
	④9月29日 (木) 19:00～20:30

都合の良い日だけでも参加できます。

場 所	北小学校 体育館
講 師	今村 咲子 先生 (ヨガインストラクター)
会 費	無料
服 装	動きやすい服装・素足で行いますが気になる方は滑らない 5本指ソックスを準備
持ち物	ヨガマット・タオル・飲み物 (水分補給)
締切日	8月26日 (金)

申し込み方法 (8月26日までに)

①講座名 ②氏名 ③住所 ④電話番号

ライン・電話 (34-6009) ・FAX (77-9780) ・メール・郵送
いずれかの方法で上記の内容をお伝えください。

〒506-0004 高山市桐生町2-21 (北小学校内)
北地区まちづくり協議会

メールアドレス kitamachi@hidatakayama.ne.jp

