



ヨガでリフレッシュ!



元気に笑顔で子育てを♪

①

平成30年 9月27日(木)

平成30年 10月 4日(木)

平成30年 10月11日(木)

会場：津久井中央公民館・研修室

参加費：2,000円(全3回)

定員：20名(抽選)

募集期間：8月15日(水)～9月15日(土)

②

平成30年 10月21日(日)

会場：鳥居原ふれあいの館・湖畔庭園

※雨天時は、中止となります。

参加費：700円

定員：50名(申込順)

募集期間：8月15日(水)～10月12日(金)

※期間内であっても定員になり次第、終了となります。

大自然の中で

ヨガを楽しみましょう

午前10時～午前11時(受付9時45～)

お子様連れの参加OK! キッズスペースあります!

何かわからないことがありましたら、お気軽にお問合せ下さい。



講師 Yoshie (YOGANINA 代表)

- ・相模原、町田、多摩を中心に活躍中のマインストラクター。
- ・気軽に楽しいヨガを通して、快適で機能的なカラダづくりを提案します。

募集対象

16才以上で市内在住・在勤・在学の方

応募方法

住所・氏名・年齢・電話番号・会場名を記入してTEL・FAX・Eメールのいずれかで(公財)相模原市体育協会津久井連絡所へ(定休：月曜日)

TEL 042-705-5142(AM10:00～PM4:30)

FAX 042-705-5143

Email taikyo-tukui@mica.dti.ne.jp

主催：公益財団法人相模原市体育協会