

平成30年度 夏期 ヨガ教室



☆夏期教室初開催☆

呼吸法に基づいて
心と体のバランスを保ち、
ヨガのポーズにより、
お腹や背中などの
引き締めを目指します♪



日 程：平成30年7月12・19・26日・8月2・9日 木曜日 全5回

時 間：14：00～15：00

場 所：明石中央体育会館 会議室1・2

対 象：18歳以上(高校生不可)

受 講 料：5回2,500円(保険料込)

定 員：20名 ※申込多数の場合は抽選

講 師：佐野 千富先生

申込期間：平成30年6月1日(金)～15日(金)必着

申込方法：往復ハガキ①教室名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤性別

⑥連絡先⑦返信用ハガキに申込みされる方の住所・氏名

または、体育会館事務所窓口にて受付

(返信用ハガキ(62円)必要※販売あり)

申込先・問合せ：明石中央体育会館

☎674-0053 明石市大久保町松陰 1126-47

TEL 078-936-6621



お友達になると
イベントの情報を
ゲットできます!

登録おまちしてます☆

LINE@



ID:@ehg2695p



ホームページ



明石中央体育会館

検索