

YOGA

ヨガ

5/1受付開始

ゆったりと丁寧な呼吸で
心と体のリズムを
整えてみませんか？
年齢・性別を問わず
ご参加いただけます。

体験教室

7/1 (木)

10時～11時30分



実費: **500円**

定員: **15名**

講師

新国際ヨガ協会講師

園田 美由紀氏

バスタオル (ヨガマットの代用として) と **水分等** をご持参の上、
動きやすい服装でお越しください。
(裸足になります)

事前にTELまたはFAXにてお申込みください。
キャンセルされる場合は、お早めにご連絡ください。

開催場所
申込み
問合せ

大分県社会福祉介護研修センター (大分市明野東3-4-1)

TEL097-552-6888 FAX097-552-6868

きりとり

氏名 (ふりがな)

電話番号 (日中連絡のとれる番号)