

西が岡コミュニティハウス

〒245-0006 横浜市泉区西が岡3-12-11 TEL045-814-4050

開館時間：9:00-12:00, 13:00-21:00(但し 月・水は17:00閉館) 休館日：火・金



はじめての養生ヨガ

心身代謝とホルモンバランスを整えるヨガ

指導 川口晃子先生

実施日： 4月24日(木) 5月8日(木) 5月22日(木)
6月12日(木) 6月26日(木) 7月10日(木)

募集人数： 5人 参加費： 1800円

(申込多数の場合は抽選をさせていただきます)

持ち物： バスタオル 飲み物 動きやすい服装
(ヨガマット貸出可)

申込方法はこちらです

- ◇ 申込期間： 3月27日(木)～4月3日(木)
- ◇ 申込方法： 往復はがきの場合
①講座名 ②住所 ③氏名 ④電話番号 ⑤返信に申込者のご住所、お名前
(期間内に届くようポストに投函してください。)

- ◇ 申込方法： 来館受付の場合

官製葉書(85円)をご持参の上、期間内にご来館ください。

～定員に満たない場合は4月7日(土)9時30分～電話受付いたします～