

心と体を整える

ヨガ&ストレッチ



全 10 回
 12 月～2 月
 毎週土曜日
 19:00～20:30



講師 長崎典子先生
参加費 3000～3500 円（参加人数により決定します）
 ※12 月 4 日に会場にて集金予定

会場 真田総合福祉センター

持ち物 ヨガマット、飲み物

申込締切：11 月 27 日(土)

日程	12 月	4 日	11 日	18 日	25 日
	1 月	8 日	15 日	22 日	29 日
	2 月	5 日	12 日		

ヨガ&ストレッチ申込書

FAX(0268-72-2673)または窓口へ

チーム名 _____

氏名 _____

連絡先 _____