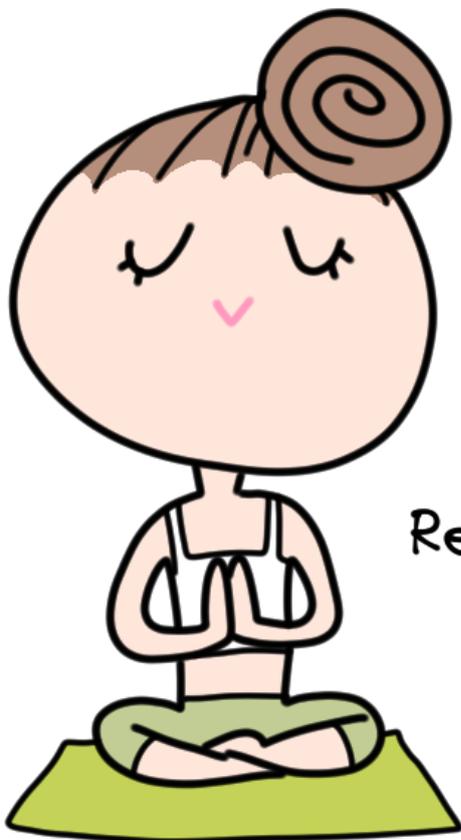


ナイトヨガ (全2回)

疲れたカラダとココロをデトックス&リラックス…
カラダをほぐしてリラックス効果を高め、深い眠りに誘うヨガです
初心者の方や体がかたい方でもお気軽にご参加ください



- ☆日程：第1回 8月19日(金)
第2回 9月16日(金)
いずれの回も 18:30~19:45
- ☆会場：鳴鹿第二コミュニティセンター
- ☆講師：前田 清美 先生
- ☆受講料：200円/1回
- ☆持ち物：タオル、水分、ヨガマット
※動きやすい服装でご参加ください
- ☆定員：各日10名(定員になり次第締切ります)

- ・新型コロナ感染拡大防止のため、当日はマスクの着用をお願いします。
- ・発熱や体調不良の方は参加をご遠慮下さい。
- ・感染状況により、やむを得ず中止させていただく場合がございます。

キリトリ

鳴鹿第二コミュニティセンター ナイトヨガ講座 申込書

フリガナ		希望日	
氏名		に○	8/19 ・ 9/16
住所		TEL	

問合せ・申込み：鳴鹿第二コミュニティセンター【☎66-1094】

受付：月曜日～金曜日 午前9時～午後5時