

リラックスヨガ

ご夫婦、親子、カップルで、お一人でもOK、
ゆったりとした時間の中でヨガの動きを
楽しんでみませんか



8月13日(日) 10:00~11:30

場 所：社会教育センター 音楽室

対 象：どなたでも

定 員：24人(抽選)

参加費：500円 (1回)

持 物：運動しやすい服装、ヨガマット又はバスタオル、飲み物、参加費
(但し部屋での飲食はご遠慮いただいております。ホールなどをご利用ください)

講 師：村上 誠さん(ヨガインストラクター)

申込締切： 8月5日(水) 必着

問い合わせ 市立社会教育センター 072-368-0121
大阪狭山市菜葉木2丁目306-4

申込方法「申込締切 8月5日（水）必着」

直接窓口へお申し込みの場合

市立社会教育センター、市立公民館、市役所3階（社会教育・スポーツ振興グループ）にある『社会教育センター講座申込書』に必要事項をご記入の上、各窓口へ。

はがき・FAXの場合

ハガキ（FAXの場合は下記用紙）に「申込事項」を記入の上、市立社会教育センターへ。
〒589-0013 大阪狭山市茱萸木2-306-4 TEL&FAX (072) 368-0121

申込事項

- ①郵便番号 ②住所 ③電話番号（あればFAX）
④参加者の名前（ふりがな） ⑤年齢

切り取り

大阪狭山市立社会教育センター 講座申込書

講座名	カップルで気軽にたのしむヨガ講座 8/13 りらくくす ヨガ		
ふりがな			年齢
お名前			
ふりがな			年齢
お名前			
ご住所	〒		
TEL		FAX	

※お預かりした個人情報は本講座以外には使用いたしません。