【令和７年度入広瀬公民館講座・教室】

**やさしいヨガ教室**

生活のリズムを整え、しなやかで健康的な身体づくりと、体力　　づくりのための「ヨガ教室」にあなたも参加してみませんか。

**記**

講　　師　 吉田　順子　先生（堀之内在住）

**日　　程　　8月22日（金）・9月26日（金）・10月24日（金）**



**時　　間　　午前１０時～**

**会　　場　　入広瀬会館３階　多目的ホール**

**対　　象　　どなたでも**

**参加料　　１回　200円**

**持ち物　　飲物**

**〆切り　　8月1５日（金）**

**その他　　申込書に必要事項を記入にのうえ申し込みください。**

やさしいヨガ教室　＜参加申込書＞

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 氏　　　名 | 住　　　所 | 電話番号 | 整形外科的  疾患の確認 | ヨガマット  の有無 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

※申込み・問合せ※　入広瀬公民館（入広瀬会館）TEL796-2322 / FAX796-2767