

ボディメイク乙女ヨガ教室

- ◇日 時 2024年5月17日(金) 5月31日(金) 6月7日(金) 6月21日(金)
各日午前9時から10時の1時間程度
- ◇場 所 木津川市民スポーツセンター 木津川市田中前40-1
- ◇参加対象 市内にお住まい又はお勤めの15歳以上の方
- ◇内 容 深い呼吸とポーズで気持ちよく体の深いところまで緩めていきます。
人生100年時代をハッピーに！！
ヨガと姿勢改善であなたの健康と美をサポートします。
初心者の方、大歓迎です。 運動レベル☆☆★
- ◇参加費 2000円(申込時)
- ◇持ち物 ヨガマット、お飲み物、動きやすい服装、スポーツタオルあればブランケット(ポーズ補助や冷え防止に使用します。こちらでも用意しますが、ご自分のブランケットが良い方はご持参ください)
- ◇申 込 4/2～ 先着20名 メールまたはFAX(0774-26-9365)でお申込みをお願いします。
- ◇問 合 せ 木津川市スポーツ協会 0774-26-5120
✉ kizugawashi-sports-association@hera.eonet.ne.jp

..... きりとり

【申込書】

ふりがな 氏 名		性 別	
住 所			
連絡先		年 齢	