

～港南いきいきプラザ～

ヨガクラス

【金曜 リセットヨガ】 講師 阿久津

・ 4/3～6/5 19:30～20:30

【土曜 初心者のためのヨガ】 講師 安岡

・ 4/4～6/20 (休講 4/25・5/23)

・ 9:50～10:50

【日曜 リラックスヨガ】 講師 阿久津

・ 4/5～6/14 (休講 5/3)

・ ①9:45～10:45 ②11:00～12:00

・ 募集期間：2/27 (金) ～3/8 (日)

・ 抽選結果発表：3/11 (水) ～

・ 参加費：各 5,500 円

・ 定員：各 20 名 (抽選) ・ 回数：各 10 回

・ 場所：港南いきいきプラザ (敬老室)

〔お申し込み〕 窓口または電話

〔抽選結果〕 館内掲示またはホームページでご確認ください

〔電話番号〕 03-3450-9915 〔HP〕 <http://www.yutori-mu.com>