

★ 生涯学習講座 ライフロング ★

ゆったりヨガ入門

『春よ、こいこいコース』(1~3月)

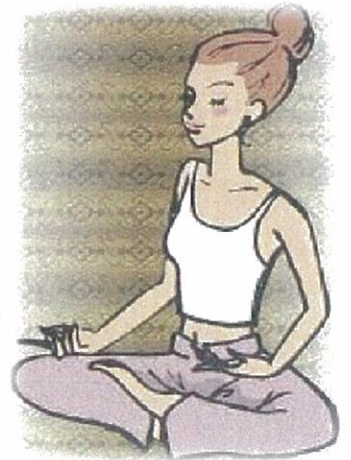
ゆったりとからだを動かしてヨガの世界に浸りましょう! はじめてでも大丈夫!

無理なくゆっくり動きます! カラダの中から温まって気持ちよ〜くぽっかぽか☆
インド中央政府認定すてきなヨガ講師があなたの心を未知の世界へと導いてくれます
あたらしい自分に会いに来ませんか!



	日 程	午 前 の 部	午 後 の 部
第1回	1月17日(火)	AM10:00~11:30	PM1:30~3:00
第2回	1月31日(火)	AM10:00~11:30	PM1:30~3:00
第3回	2月14日(火)	AM10:00~11:30	PM1:30~3:00
第4回	2月28日(火)	AM10:00~11:30	PM1:30~3:00
第5回	3月14日(火)	AM10:00~11:30	PM1:30~3:00

- ☆場 所 八日市文化芸術会館 練習室
- ☆持ち物 運動しやすい服装、水分補給用飲み物
- ☆受講料 午前・午後 各5回講座 2,500円
(第4回はハーブボールヨガ材料費500円を当日集めます)
- ☆定 員 午前・午後 各20人 (先着順)
- ☆講 師 インド中央政府認定ヨガ講師
山崎 達子さん



★申込・お問合せ

八日市文化芸術会館 生涯学習講座「ライフロング」
(指定管理者) 公益財団法人 東近江市地域振興事業団

TEL 0748-23-6862 IP 050-5801-6862 FAX 0748-23-6863

HP : <http://yokaichi-bungei.com/lifelong/>

「ゆったりヨガ入門 春よ、こいこいコース」申込書		午前・午後	NO.
住所			
氏名			
電話番号・携帯			
受講料	2,500円		
備考			

*個人情報については講座のお知らせ等にも利用させていただきます。第三者への提供はいたしません。

領 収 書	午前・午後	No.
		様
¥2,500		
但し、「ゆったりヨガ入門 春よ、こいこいコース」受講料として		
開催日 1/17・31、2/14・28、3/14(火) am10:00~/pm1:30~		
(公財)東近江市地域振興事業団		
八日市文化芸術会館生涯学習センター機能的事業ライフロング		