

はじめてのヨガ教室



<講師>
中村インストラクター
(月曜日リラックスヨガ講師)

令和3年11月10日～12月8日 13:15～14:15
毎週水曜日／全5回

【申込期限】令和3年11月1日(月)必着

会 場：パーシモンホール リハーサル室 (地下1階)

参加費：2,500円

定 員：10名 (定員を超えた場合は抽選)

対 象：16歳以上

【申込方法】「講座名」「住所」「氏名(ふりがな)」「電話(FAX)番号」「年齢」をご記入の上、目黒区ホームページ・はがき・FAX、または直接窓口にてお申し込みください。

*区外在住で在勤・在学の方は、名称・所在地をご記入ください。

八雲体育館・宮前公園庭球場の
スポーツ教室・講習会申し込み



【持ち物】 運動しやすい服装、飲み物、汗拭きタオル、ヨガマット (無料貸出あり) など

【注意事項】 ●新型コロナウイルス感染症対策として、マスク等の着用をお願いします。(教室中は任意)