

夜 ヨ ガ 教 室

～ヨガと瞑想で心と身体をリセットしましょう～

-  講 師：大川 由美子 先生
-  定 員：50名
-  学習日：年10回
-  時 間：19：15～20：15
-  会 場：中央公民館 3階 講堂
-  持ち物：ヨガマット・飲み物



月	学習日	月	学習日
4		10	
5		11	
6	4・11・18・25	12	
7	2・9・16・23・30	1	
8	6	2	
9		3	

《申込み方法》

下記の申込用紙に必要事項をご記入の上、尾鷲市立中央公民館までお申込みください。
電話申込も受付しております。

※申込は先着順とさせていただきます。又、日程や内容等変更となる場合があります。

《お問い合わせ》

〒519-3616 尾鷲市中村町10-41 尾鷲市立中央公民館

TEL：0597-22-0001 / FAX：0597-22-0080

----- 切り取り線 -----

夜ヨガ教室 申込用紙

※申し込み締切日：令和7年4月8日（火）～5月8日（木）

ふりがな 氏 名		年 齢	
住 所	〒 -		
電話番号			