

令和元年度 つくばみらい市立コミュニティーセンター受講生募集

# 忙しい人のための伝統ヨガ

## 1日7分から始める健康習慣

9/18(水) 18:00~19:00

対象 中学生以上の方

受講料 各 500 円

定員 12 名

会場 みらい平コミュニティーセンター



講師： 的場 悠人 (ハートオブヨガ講師)

一人一人の呼吸に合わせて行うので、  
初心者の方もお気軽に参加いただけます。



### 〈申込み方法〉

みらい平コミュニティーセンター事務室にて受け付けます。

申込み用紙に必要事項を記入し、受講料を沿えてお申込みください。

申込み用紙はみらい平コミュニティーセンター事務室にあります。

申込み締切日

※定員になり次第締め切ります。

定員に満たない場合開講しないこともありますので、ご了承ください。

### 【コミュニティーセンター所在地】

- みらい平コミュニティーセンター：つくばみらい市紫峰ヶ丘4-4-1 ☎0297-38-7240
- 谷井田コミュニティーセンター：つくばみらい市谷井田1960 ☎0297-57-8551
- 小絹コミュニティーセンター：つくばみらい市小絹848 ☎0297-52-0789
- 板橋コミュニティーセンター：つくばみらい市板橋2675-1 ☎0297-58-9797