

平成30年度

「つくばみらい市立コミュニティセンター講座」受講生募集

## 女性のための

## リラクゼーションヨガ

ヨガを通して、心と身体をリラックスさせましょう。  
日頃の運動不足・ストレスを解消させましょう。

- ☆講師 NORIKO
- ☆日時 12月2日(日) 10:00~11:00
- ☆会場 板橋コミュニティセンター 多目的室
- ☆対象 中学生以上の女性
- ☆受講料 500円
- ☆定員 12名



## 【申込み方法】

板橋・みらい平コミュニティセンター事務室にて受付します。

申込み用紙に必要事項を記入し、受講料を添えてお申込みください。

申込み用紙は板橋・みらい平コミュニティセンター事務室にあります。

申込み〆切日：11月30日(金)

※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。

【コミュニティセンター所在地】	◇みらい平コミュニティセンター	： 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
	◇板橋コミュニティセンター	： つくばみらい市板橋 2675-1	☎0297-58-9797