

令和元年度

「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 10月19日(土)

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 各500円



## 【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。

※当日キャンセルは返金不可となります。

※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