

「みらい平コミュニティセンター講座」受講生募集

癒しのヨガ

究極のリラクゼーション法と呼ばれる「ヨガニードラ」を取り入れた、だれでも参加できるヨガ講座です。

心身の疲れを癒しリフレッシュしませんか。

☆講師 西脇 タツヤ

☆日時 7月23日(木) 10:30~11:30

☆会場 多目的室

☆対象 20歳以上

☆受講料 無料

☆定員 30名



【申込み方法】

みらい平コミュニティセンター1階事務室にて受付します。

申込み用紙に必要事項を記入しお申込みください。

申込み用紙は事務室にあります。

申込み〆切日：7月16日(木) ※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。