

平成28年度「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 11月27日(日) 14:00~15:00

☆会場 多目的室

☆対象 20歳以上の方

☆受講料 500円

☆定員 20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：11月20日(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。