

令和5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

みらい平

# ★★ ママヨガ 1月 ★★

家事や育児で忙しい女性の為のヨガです♪

シンプル&ソフトな無理のないヨガで、体も心もリフレッシュしましょう！

講師	ヨガインストラクター 生井 あゆみ
日時	1月26日 金曜日
及び	みらい平コミュニティセンター 和室1・2
場所	10:00~11:00
対象	産後~40代女性の方
受講料	¥500
定員	10組 ※赤ちゃん・お子様連れでも 和室なので安心して ご参加頂けます。 女性の方のみの 限定募集です。
申込締切日	1月19日

## 【申込み方法】

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、お申込みください。

申込み用紙は事務室にあります。※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 Supported by 成島建設

：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