

Let's YOGA



あつみスポーツクラブネクサス★令和7年度サテライト型教室のご案内

初心者や運動が苦手な方でも気軽に参加できるヨガ講座です。ヨガで体をほぐして健康な体を目指しましょう！



日時/会場 各回 **19:30~20:45**

温海ふれあいセンター多目的ホール

③ようび

6月／11日、25日

7月／9日、23日

8月／6日、20日

9月／10日、24日

10月／8日、22日

鼠ヶ関マリーナ 研修ホール

④ようび

6月／6日、20日

7月／4日、18日

8月／1日、29日

9月／5日、19日

10月／3日、17日

詳細

対象：温海地域在住・在勤の大人

定員：各会場とも20名程度

申込期間：5月9日(金)～5月23日(金)まで

持ち物：タオル・飲み物・ヨガマット(各自で準備をお願いします)

講師：VIVI YOGA COO インストラクター **TERUMIさん**(早田在住)

問合せ 申込

あつみスポーツクラブネクサス事務局(温海ふれあいセンター内)

事務局 五十嵐久美子 ☎：43-4411 Fax：43-4427

Email：atsumi_nexus@yahoo.co.jp

裏面参加申込書の内容を電話・FAX・Eメールのいずれかの方法でお伝えください。