

初心者ヨガ教室 2

日頃、運動不足を感じている人も多い中、誰でも気軽に始められるヨガを体験し、心と体のリフレッシュを図る機会としませんか！
本年度開講2回目、人気の講座です。

★日時：11月16日・23日・30日(毎木曜日 全3回)
19:30～21:00

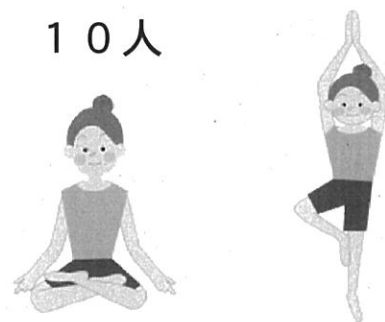
★場所：植木文化センター 和室 (16日は視聴覚室)

★対象者：18歳以上の方(高校生は不可) 10人

★講師：古閑 知子 先生
(熊本ヨガ講師)

★参加費：無料

★申込締切：11月2日(木)



※応募者多数の場合は、抽選となります。(本年度、未受講の方を優先します。)

※受講に際し、公民館で配慮が必要な場合には、遠慮なくご相談ください。

申込方法

①文化センター窓口
63円の郵便はがき一人1枚ご持参ください。
(表面に、申込者の住所・氏名を記入)

②往復はがき(締切日必着)(126円)
返信表面：住所・氏名
往信裏面：講座名・住所・氏名・年代・電話番号

③インターネット
熊本市HP→「植木公民館」で検索→「主催講座案内」から申込み

申込み及び問合せ先

植木まちづくりセンター・植木公民館 (植木文化センター内)
〒861-0136
熊本市北区植木町岩野238-1 TEL (096) 272-6906

