

植木公民館主催講座

初心者ヨガ教室 1

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！

★日 時：9月14日・21日・28日(毎木曜日 全3回)

19:30～21:00

★場 所：植木文化センター 和室 (21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：8月31日(木)



※応募者多数の場合は、抽選となります。

※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

