

植木公民館主催講座

# 初心者ヨガ教室

コロナ禍で運動不足を感じている人、ヨガを通して心と体をリフレッシュしませんか！ 誰でも気軽に始められるヨガの体験講座です。人気の講座で本年度2回目の開設です。

★日 時：令和4年11月3日・10日・17日・24日（毎木曜日）  
19:30～21:00 （全4回）

★場 所：植木文化センター 和室

★対象者：20歳以上の方 10人

★講 師：平田 亜希子 先生  
（熊本ヨガ講師）

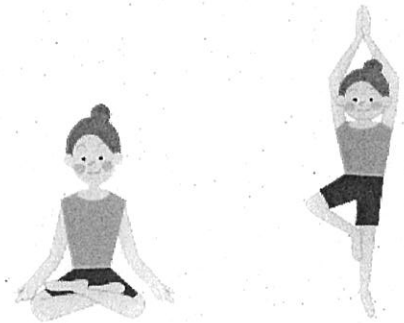
★参加費：無 料

★申込締切：令和4年10月20日（木）

※応募者多数の場合は、抽選となります。

※今年度、初参加の方を優先します。

※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

