

ゆるヨガ

申込み開始

5月8日(木)9時

締切日 6月18日

スローエイジング

整える 身体と心

講師

ヨガインストラクター
加藤 実喜さん

14年間のテーマパークダンサーを経て、ハワイ島で全米ヨガアライアンス(RYT200)を取得



加藤さんからのメッセージ
ゆるヨガ講座で皆さんと身体と心を整えて、いつまでも元気で美しく過ごしましょう。



- 日時 ① 6月25日(水)
② 7月30日(水)
③ 9月3日(水)
いずれも10:00~11:30
場所 コミュニティルーム
定員 10人
受講料 申込み時に900円
65歳以上の方は600円
持ち物 ヨガマット、飲み物、タオル
バスタオル
申込み 9:00~17:00の間に、
おつりのないように入講料
を添えてお申込みください。
欠席される場合は、ご連絡く
ださい。

お問い合わせ

美浜町生涯学習センター
なびあす

Tel 0770-32-1212

E-mail navi-us@town.fukui-mihama.lg.jp

- ※電話での事前予約が出来ます。事前予約した場合でも、
一週間以内になびあすで 申込み手続きをお願いします。
※すみずみ子育てサポート事業(一時預かり)をご利用いただけます。
※美浜町民または、美浜町在勤の方が申込み出来ます。

きりとり✂

申込書 「ゆるヨガ」		令和	年	月	日
ふりがな					年 齢
氏 名					
住 所					勤務先 ※町外の方
連絡先電話番号					
受講料	65歳まで900円 65歳以上600円 美浜町在勤1,800円	円	受領者名		

※赤枠以外の全ての項目を記入してください。 今年度65歳になる方は、65歳以上とみなします。