

心身を整える 初夏のメンズヨガ

(全3回)

6月2日、16日、30日
いずれも日曜日
10:30~12:00

場所 薬科生涯学習センター 2階ホール

男性を対象としたヨガ講座です。
ゆったりとした動きと呼吸で心と
身体を整えます。初心者の方も
安心してご参加いただけます。

- 会費 1,500円(3回分)
- 対象 18歳以上の男性
- 人数 15人
- 講師 色川 美穂さん(ヨガインストラクター)
- 申込み 5月14日(火)までに、ホームページまたは往復はがきでお申込みください。詳しくは裏面をご覧ください。(1人1申込みまで、多数抽選)

▼▲ 往復はがきの書き方 ▲▼

| | | | |
|---|--------------------------|---|---|
| <p>63 〒421-1217</p> <p>往信</p> <p>藁科生涯学習センター 行</p> <p>静岡市葵区羽鳥本町5-9</p> | <p>この面は何も記入しないでください。</p> | <p>63 〒000-0000</p> <p>返信</p> <p>申込みされた方のご氏名</p> <p>申込みされた方のご住所</p> | <p>「心身を整える初夏のメンズヨガ」</p> <p>申込された方の</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ご氏名 ・ご住所 ・電話番号 ・ご年齢 <p>をご記入ください。</p> |
|---|--------------------------|---|---|

▼▲ HPからの申し込み方法 ▲▼

静岡市生涯学習センターホームページ (<https://sgc.shizuokacity.jp>) から → 「講座情報」 → 「募集中」のタブ → 「心身を整える初夏のメンズヨガ」とお進みください。

または右のQRコードをお読み取りください。



「この講座に申し込む」から入力フォームへ必要事項をご入力ください。特記事項がある場合は、備考欄にご記入ください。

藁科生涯学習センター

指定管理者 公益財団法人静岡市文化振興財団

☎ 421-1217 静岡市葵区羽鳥本町5-9

☎ 054-278-4141

静岡市生涯学習センター

ホームページ



おかんじゃけ君
羽鳥地域に伝わる郷土玩具
「おかんじゃけ」のキャラクター

