

セラピーヨガ教室

~time of healing~



開催日時 金曜日 19:00~20:00
4/9・23・5/14・28
6/11・25・7/16

内容 心とカラダをリフレッシュ♪

ストレス社会で疲れた体を、セラピーヨガで自律神経を整えながら、体の不調、内面の不調を改善していきましょう！
一緒に癒しのひと時を過ごしてみませんか。。

開催場所：大津市勤労福祉センター 3階 軽スポーツ室

講師：宮田 裕子 先生

受講料：全7回 3,500円

定員：先着順 18名

持ち物：ヨガマット・動きやすい服装・飲み物・タオル

※ヨガマットの貸出を中止しております。各自でお持ちいただきます様ご協力をお願いいたします。

申込期間：2月16日（火）AM8:40~3月31日（水）

申込方法：電話、FAX、互助会ホームページ （詳細は裏面へ）

※受付初日の窓口でのお申し込みは、ご遠慮いただきますようお願いいたします。

講師紹介

宮田 裕子 先生

5年間イトマンスポーツクラブの社員としてLessonなどを担当し、現在はフリーインストラクターとして、スポーツクラブで大人のLessonやキッズダンスを担当されています。また、当センターでも、4～8歳対象のキッズダンス教室も大人気で、毎年春と秋に開催させていただいております。

申込方法

2月16日(火)AM8:40～3月31日(水)までに電話(077-522-7474 または 077-525-1105)、FAX(077-523-3494)【講座名、氏名、電話番号、FAX番号を記入】または大津市勤労者互助会ホームページ(info@otsu-gojokai.jp)の講座申込フォームよりお申し込みいただき、受講料は講座初日に徴収させていただきます。(先着順)

※やむを得ずキャンセルされる場合は、必ずご連絡ください。

※一人で複数のお申し込みはご遠慮ください。(家族は可)

FAX、ホームページからのお申し込みについては、申し込み後3日(土日祝祭日を除く)以内にそれぞれFAX、メールにて「受付完了」の連絡をいたします。

事務局からの返信がない場合(ホームページの場合は自動返信メールとは別途)は、受付が完了しておりませんので、お手数ですが事務局までご連絡ください。

※お申し込みが少数の場合や新型コロナウイルス感染拡大予防のため自粛を決定した場合は、急遽中止することがあります。

※申込締切日以降のキャンセルについては、受講料をいただく場合があります。

※新型コロナウイルス感染症予防対策として、マスクの着用及び手指消毒の徹底、ご自宅での検温をお願いいたします。

問合せ先

大津市勤労福祉センター

場 所：大津市打出浜1-6

T E L：077-522-7474

077-525-1105

F A X：077-523-3494

開館時間

月～土曜 午前9時～午後9時まで

日 曜 日 午前9時～午後5時まで

休館日

毎月第3日曜日、祝祭日

地図

