

【記入様式】

第1期 ヨガ&ストレッチ教室

時 4月12.26日 5月10.24日 6月14.28

金曜日 午前9時～10時30分 全6回

所 木津川市民スポーツセンター

内 呼吸法とストレッチを合わせたヨガ教室 運動レベル ☆☆☆

講 ヨガインストラクター 藤井美由紀

対 市内にお住まい又はお勤めの15歳以上の方

定 ※先着 15 名

¥ 3,000 円/6回

持 ヨガマット、水分、動きやすい服装、スポーツタオル

申 3月6日～3月31日までに市スポーツ協会へ。

問 木津川市スポーツ協会 (TEL26-5120)

主 木津川市スポーツ協会