><**

第70回江戸川区文化祭 記念イベント

江戸川区文化祭の70周年を記念して、特別イベントを開催します。 ぜひご参加ください。



◆◆ ヨガ教室 ◆◆

11月6日(日) 総合文化センター前 芝生広場

芝生の上、屋外でのヨガです。

ョガの呼吸とポーズで無理なく心身を調えていきます。 皆さまのお気軽なご参加をお待ちしております。

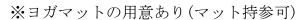


★参加費:無料

★動きやすい服装でお越しください。

※事前申込みが必要です。下記申込み先までご連絡ください。

1	椅子を使ったシニア向けヨガ	10:00~11:00
2	キッズヨガ、親子ヨガ	11:00~12:00
3	すっきりヨガ (一般の方向け)	12:00~13:00
4	椅子を使ったシニア向けヨガ	13:30~14:30
⑤	キッズヨガ、親子ヨガ	14:30~15:30
6	リラックスヨガ (一般の方向け)	15:30~16:30



※シニアヨガは60歳以上の方が対象

※キッズヨガ、親子ヨガはお子様の年齢が 15 歳まで (子どもだけの参加も可、未就学児は保護者同伴)







希望するレッスン時間、氏名、住所、電話番号をご記入のうえ、

10月24日(月)までに、下記メールへお申し込みください。(ハガキ・FAXでも可)

メールアドレス edo. yoga. assoc@gmail. com

申込み

FAX: 03-5693-0068

住所:〒133-0056 東京都江戸川区南小岩 7-27-2 地場ビル 4 階 江戸川区ヨガ協会

〈共催〉江戸川区ヨガ協会、江戸川区 〈お問合せ〉文化共育部文化課文化振興係 1403-5662-0300