

ゆるゆるヨガ

ゆったりとした動きの中で、身体の声を聞きましょう。

体がゆるむ事で心もスッキリ元気になりますよ！

日時：1/9, 23, 2/13, 27, 3/13, 27 (水)
10:00~11:00

参加費：3000円

講師：兎山 由紀子氏 (ヨガインストラクター)

持ち物：飲み物、フェイスタオル

参加人数：おおむね60歳以上20名 (先着順)

申込：12月17日より窓口及び電話で

申込先：東山田中学校コミュニティハウス
045-591-7240



(個人情報保護管理者) 特定非営利活動法人つづき区民交流協会 個人情報保護管理者 事務局長

(利用目的) お客様の施設利用、および当協会のサービス提供に対する申込手続およびご連絡のため、施設PRのため、写真撮影等をする場合があります。

(個人情報の開示等に関して) 情報を提供されたお客様は、該当情報に関して利用目的の通知、開示、訂正・追加・削除、利用又は提供の拒否を要求いただける権利を有しております。

* 当協会の個人情報の取扱詳細につきましては、当協会のホームページまたは施設内掲示の「当協会における個人情報の取扱について」に掲載しております。

* なお、いただいた個人情報は施設利用管理の目的以外には利用いたしません。上記についてご同意の上お申し込みください。



特定非営利活動法人つづき区民交流協会

<http://www.tsuzuki-koryu.org>