

# パワーヨガ1期

心とからだを整えます。  
みなさんで気持ちいい汗を流しましょう。



2023年

【日 程】5月9日、16日、30日・6月6日、13日、20日、  
27日・7月4日、11日、18日

(全10回) いずれも火曜日

A9:15~10:15 B10:30~11:30

【場 所】仲町台地区センター 体育室

【募 集】一般 各60名

【参加費】4,000円(全回分・保険代含)

【講 師】小野寺紀恵さん

【申込み】3月1日から往復はがき又は返信用はがき持参の  
うえ窓口で(4月5日(火)必着)多数の場合抽選  
〒・住所・氏名・年齢・性別・電話番号・事業名・  
希望クラスを記入。

\*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。



横浜市仲町台地区センター 横浜市都筑区仲町台 2-7-2

045-943-9191

<https://www.tsuzuki-koryu.org/nakamachidai/>



\*新型コロナウイルス感染拡大状況により、中止となる場合があります。予めご了承ください。