

遊学舎 企画事業

# ヨギル Yoga

参加者募集

はじめての方も、経験者の方も、どなたでもご参加できます。  
ゆったり無理なくリフレッシュしてみませんか。

平成 28 年 12 月 7 日 (水)、14 日 (水)、21 日 (水)

平成 29 年 1 月 11 日 (水)、18 日 (水)、25 日 (水)

※2 月以降も継続します

時 間 19 : 00 ~ 20 : 00

会 場 遊学舎

参加費 各回 1,200 円

(ヨガマット借用代含む)

持ち物 ・動きやすい服装  
・飲み物  
・汗拭き用タオル

◎ ご希望の日だけでも、ご参加できます。  
事前にお申し込みをお願いします。

講 師 三浦 みつ枝 さん

タイ式ヨガ ルーシーダットン インストラクター

ロハスヨガ インストラクター

主催・お問合せ・お申し込み先 秋田県ゆとり生活創造センター「遊学舎」

〒010-1403 秋田市上北手荒巻字塚切 24-2 / E-mail [yutori@circus.ocn.ne.jp](mailto:yutori@circus.ocn.ne.jp)

TEL 018-829-5801 / FAX 018-829-5803

