



Relax Yoga

# 第2期



Relax Yoga

# リラックスヨガ

ストレスを軽減させるポーズを中心に行います。  
一日の疲れを一緒に解消しましょう。

全6回 水曜日 19:30~20:30

【日程】 6月30日

7月 7日・14日・21日・28日

8月 4日

【場 所】 駒場体育館 会議室 【費 用】 全6回 3,000円 (保険料含む)  
 【対 象】 16歳以上 【持ち物】 運動しやすい服装 (靴は不要)  
 【定 員】 7名 【講 師】 米村 未衣

- ①受付窓口(下記の申込書に記入してお持ちください)
- ②ハガキ
- ③インターネット(目黒区スポーツ講座申し込みシステム ※QRコード有)  
(<https://www.city.meguro.tokyo.jp/event/sports/index.html>)
- ④FAX 03-3485-3926

QRコード



## 申込方法

※応募多数の場合は目黒区在住・在勤・在学の方優先で抽選を行います  
 ※お預かりした個人情報(教室の連絡や出欠確認(実施・運営に必要な範囲内))で利用いたします。  
 無断で第三者に情報を提供することはありません。利用目的にご同意の上、お申し込みください。  
 ※近隣の方へのご迷惑を避けるため、お車での来館・送迎はご遠慮いただき、公共交通機関等のご利用をお願い致します。  
 ※メールアドレス「komaba-taiiku@arrow.ocn.ne.jp」でご連絡致します。アドレス帳にご登録をお願い致します。  
 当落結果が届かない場合は駒場体育館へご連絡ください。

**申込期間：5月15日(土)~6月7日(月) 必着**

お問合せ 〒153-0041 目黒区駒場2-19-39 TEL.03-3485-7761 目黒区立駒場体育館

キリトリ

第2期リラックスヨガ 参加申込書

受付日： / 締切：6月7日  
受付 No. 担当：

フリガナ	年齢	電話番号
名前	歳	FAX 番号

〒 住所

(在勤・在学の方は、名称・所在地)