



Relax Yoga

第4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】 11月2日, 9日, 16日, 30日
12月7日, 14日 (11月23日はお休み)

【場 所】 駒場体育館 会議室

【対 象】 16歳以上

【定 員】 10名

【費 用】 全6回 3,000円 (保険料含む)

【持ち物】 運動しやすい服装 (靴は不要)

【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は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：9月15日(木) ~ 10月3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4期リラックスヨガ 参加申込書

受付日: / 締切: 10月3日(月)
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)