

ヨガ&ボディチューンⅠ

参加のしおり（実施要領）

ヨガ&ボディチューンⅠ

ヨガのポーズと様々なジャンルからアプローチしてカラダを整えます。

- 日時 4月4,11,18,25日、5月9,16,23日、
6月6,20日、7月4,11,18日
全12回 火曜日 午前10:00~11:30
- 参加費 一括支払 7,200円



ご案内

- 会場 こども自然公園青少年野外活動センター 雨天集会場(ホール)
- 対象 16歳以上の方 定員30人
- 講師 MARIE 先生
- 持ち物 室内シューズ、汗ふきタオル、飲み物、マスク
※マット、ピラティスボールはセンターで貸出します
(マットをお持ちの方はできるだけご持参ください)
- 参加手続き 参加費を開催日初日に(4月4日)
お持ちくださるようお願いいたします。
- 感染対策
 - ・受付時に検温を実施いたします。
 - ・入館時に手指の消毒をお願いいたします。
 - ・同封のチェックシートにご記入のうえご持参ください。

- お問い合わせ
横浜市こども自然公園青少年野外活動センター
241-0834 横浜市旭区大池町 65-1
Tel 045-811-8444 Fax 045-812-5778
ホームページアドレス「<https://yokohama-sport.jp/kodomo-yc-ysa/>」
※ホームページがリニューアルされ、アドレスが変更になりました。
お気に入り登録されている場合は、更新をお願いします。

