

# 金曜ヨガ教室

アロマを焚きながら身も心もゆったりと。

無理をしないで身体の中に流れを感じてお帰りには笑顔がこぼれます。  
ヨガを通じて皆さんと一緒に素敵な時間を過ごしませんか？



実施日時

金曜日 10:00~11:30

2023年 10/6・13・20・27 11/10・17・24  
12/1・8・15・22 (計11回)

参加費

7,150円(11回分) ※体験の場合は650円

定員

40名

講師

石橋 貴子 先生

持ち物

動きやすい服装・バスタオル又はヨガマット

5本指靴下(ヨガ中に足の指を伸ばすことがある為。裸足可)

申込み

窓口または電話

主催

大阪市立東淀川区民会館

お問合せ

電話 06-6379-0700

FAX 06-6379-0800

一般財団法人 大阪市コミュニティ協会

〒533-0023

大阪市東淀川区東淡路1-4-53 4F



\*台風の接近や大雨などによる天候の悪化などで、天候災害が予想される場合や流行性ウイルスの感染拡大などに伴い、講座を中止または延期させていただく場合がございます。あらかじめご了承下さい。  
個人情報の取り扱いについて

\*ご記入いただきました個人情報は、講座参加の確認や講座に関する連絡のみに使用いたします。お申込みいただいたことをもって、同意されたものとみなします。

大阪市立東淀川区民会館 指定管理者 (一財) 大阪市コミュニティ協会 東淀川区支部協議会 HP <https://www.osakacomunity.jp/higashiyodogawa-kaikan/>