

～初めての方も、どうぞお気軽に～

# ナイトヨガ

## 【4月～6月の日程】

(全9回・金曜日)

4月

5日・12日・19日

5月

10日・17日・24日

6月

7日・14日・21日

## 【受講料】

全9回:5,000円

\*途中参加の場合は、残り回数分の受講料となります。  
(残り回数×600円)

※お支払していただいた受講料のご返金は  
できませんのでご了承ください。

【時間】 18:30～20:00

【講師】 栗原 由紀子先生

◦場所:此花区民一休ホール 1階 ホール

◦定員:50名

◦服装:動きやすい服装

◦持ち物:水分補給が出来るもの・ヨガマット(またはバスタオル)

◦申込方法:此花区民一休ホール 1階窓口またはお電話・メールで。

◦その他:希望者には別途テキスト配布(有料)



メールでのお申込みは  
こちらから



指定管理者:一般財団法人 大阪市コミュニティ協会  
問い合わせ:此花区民一休ホール 1階窓口  
〒554-0014 大阪市此花区四貫島 1-1-18  
☎06-6463-1100