

～初めての方も、どうぞお気軽に～

# ナイトヨガ

## 【10月～12月の日程】

(全9回・金曜日)

10月

3日・10日・17日

11月

7日・14日・21日

12月

5日・12日・19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)

【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)

## 【ご注意】

### お支払いについて

- ① 1日単位でのお支払いには対応しておりません。
- ② お支払いされた受講料のご返金はいたしかねます。

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