

～身体と心にやさしい日覚めを～

リフレッシュヨガ

【1月～3月の日程】（全11回・水曜日）

1月 7日・14日・21日・28日 2月 4日・18日・25日

3月 4日・11日・18日・25日

【受講料】 全11回:7,700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×700円）

・場所:此花区民一休ホール 1階 ホール

【時間】 10:00～11:30

・定員:50名

・服装:動きやすい服装

【講師】 西野 壽美枝先生

・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。

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

メールでのお申込みは
こちらから

