

～身体と心にやさしい目覚めを～

# リフレッシュヨガ

【7月～9月の日程】（全11回・水曜日）

7月 8日・15日・22日・29日 8月 5日・19日・26日

9月 2日・9日・16日・30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いません。
- 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

