

初めての方も、どうぞお気軽に！

ゆっくり ゆったり 味わうような

ヨーガの後は身も心も すっきりですよ！

# ナイトヨーガ

日にち 1月 10 ・ 17 ・ 24日  
2月 7 ・ 21 ・ 28日  
※3月の日程は決定次第ご案内します。

時間 18:30~20:00

場所 此花区民一休ホール 1階ホール

受講料 3,300円 / 6回  
\*途中参加の場合は残り回数分のみの受講料となります。(残り回数 × 550円)  
\*希望者には別途テキスト配布(有料)

講師 栗原 由紀子 先生

その他 服装:動きやすい服装(更衣室あります)  
持ち物:水分補給できるもの

定員  
50名

申し込み

此花区民一休ホール 1階窓口  
問合せ:06-6463-1100

指定管理者:一般財団法人 大阪市コミュニティ協会