ヨーガ教室

心と体のエネルギーバランスを整えて
柔軟性のある心身を手に入れる

日時：毎週木曜日 10：00～11：30

※1クール10回・不定休あり。
途中参加も可能ですが、受講料は全回分必要です。
都合により日程が変更されることがあります。

場所：浪速区民センター　ホール
会費：7200円/12回（保険料含む）
（初めて受講の方はスティック代1750円が別途必要です）
講師：プレマ・サット・サンガ　秋吉 弘一先生
定員：50名
持ち物：運動できる軽装、タオル

※新型コロナウイルス等感染症予防対策のため以下にご協力ください。
受講前の手指の消毒、マスクの着用、会場の換気、その他の予防対策。
また、当日に発熱、風邪のような症状のある方につきましてはご参加をお控えください。

現在のクールの日程

■12月10日・17日・24日
■ 1月14日・21日・28日
■ 2月 4日・18日・25日
■ 3月 4日・11日・18日

お問い合わせ先：浪速区民センター
指定管理者　(一財)大阪市コミュニティ協会浪速区支部協議会
TEL 06-6568-2171　FAX 06-6568-3171

※感染症の拡大状況によって、本講座を中止、または延期とさせて頂く場合がございます。
あらかじめご了承いただきますようお願い申し上げます。