

ストレッチ・ヨーガ

心身のリラクゼーション

日時:第2、第4金曜日

受講日:10:30~12:00

講師:徳本 喜美恵 先生

定員:45名(※先着順にて受付)

場所:山口市働く婦人の家

応募締切:平成30年4月6日(先着順受付)

受講料:9,072円(12回分)×2期分 ※前期後期に分けて納入

前期 平成30年4/13・27 5/11・25 6/8・22・

7/13・27 8/10・24 9/14・28

後期 10/12・26 11/9・30 12/14

平成31年1/11・25 2/8・22 3/8・22/29

※11月は2・5週、12月は2週目のみ、3月は2・4・5週金曜日に変更。

※ゆったりとした服装で受講して下さい。

持参品:ヨガマット(ある方)、ない方はバスタオルをご持参下さい。

応募方法

窓口または往復はがきに講座名・住所・氏名・年齢・電話番号・職業の有無・託児の有無(1人300円/6ヶ月以上)をご記入のうえ、窓口または下記までお申し込み下さい。

山口市働く婦人の家・(一財)山口県婦人教育文化会館

〒753-0056 山口市湯田温泉5丁目1-1

(TEL)083-921-1929/083-922-2792

(FAX)083-932-6417

