

## 三ツ沢公園青少年野外活動センター

# 初心者のためのヨガ&太極拳入門

## 第1期教室のご案内

【日 時】 4月5・12・19・26日、5月10・17・24・31日  
6月21・28日、7月5・12日

全12回 13:00~14:30

【会 場】 三ツ沢公園青少年野外活動センター

【対 象】 16歳以上の初心者 16人

【内 容】 健康増進のためのヨガ・太極拳（初心者向け）

【参加費】 5,500円（全12回一括払い） ※傷害保険等を含む  
1回500円（各回払い）

【申込み】 3月15日（火）8時45分より電話先着にて受付。

電話 045-314-7726

※定員に余裕がある場合は、当日受付の参加も可能です。

はじめての方も  
お友達と一緒にでも  
大歓迎です♪

