

# シチズンスポーツ奥州 ヨガ教室



4月19日(水)スタート

- ・ヨガで身体をリフレッシュ。
- ・男性の方もOKです。



## ■ 教室のご案内

- 【会場】常盤地区センター 和室
- 【時間】水曜日 19時15分～20時30分
- 【講師】小野寺 顕輝依
- 【その他】ヨガマット、飲料水は各自お持ちください。



## ■ 料金のご案内

1回 600円  
スポーツ券 5,500円 10枚組



この教室はスポーツ振興くじ  
助成金で行われています。

## ■ 時間・日程

開催月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
19:15	19日	10日	7日	5日	16日	6日	4日	1日	6日	17日	7日	
～	26日	24日	14日	12日	23日	13日	11日	8日	13日	24日		
20:30		31日	21日	19日	30日	20日	18日	15日	20日	31日		

参加申込の方は裏面の申込用紙にご記入のうえ、FAXまたはご持参下さい。・・・担当 佐々木

問合せ先 : NPO法人シチズンスポーツ奥州 (総合型地域スポーツクラブ)  
奥州市水沢区東中通り1-1-13 Tel/fax 0197-22-2564 メール mfcchouse@ybb.ne.jp