

初めてでも楽しいヨガ教室！

～肩こり腰痛改善ヨガ～

日 時 ① **11月 6日（木）** 午後1時30分～3時30分

② **11月13日（木）** 午後1時30分～3時30分

* 上記日程①②のうち、いずれか1日を選択

場 所 向丘地域活動センター2F レクリエーションホール

受講料 130円

対 象 文京区在住・在勤・在学の方

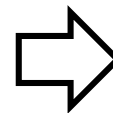
定 員 各回16人 定員を超えた場合は抽選

持ち物 ヨガマット・運動できる服装・
大きめのタオル・水分補給の飲料

講 師 磯 悦子氏 ヨガインストラクター

申込方法 * 下記1～3のいずれかでお申込み下さい

1. インターネットでの申込フォーム
右の二次元コードより申込ください
2. 往復はがき
「ヨガ教室」・希望日①か②・住所・氏名（フリガナ）・
年齢・電話番号と、返信用はがきにも宛名を明記して
向丘地域活動センターに郵送
3. 向丘地域活動センター窓口にて返信用はがきを持参



締 切 **10月22日（水） 必着**

* 締め切り後、一週間を過ぎても結果が届かない場合は、向丘地域活動センターまでお問い合わせください。

申込・問合せ：〒113-0023 文京区向丘1-20-8 向丘地域活動センター ☎03 (3813) 6668

〈南北線〉東大前より徒歩1分（本郷通り西側地上行きエレベーター出口）

〈都営バス〉東43・茶51系統 東大農学部前より徒歩1分