

令和 8 年度 ゆったりヨガ教室

内 容	簡単なヨガの動きで肩や腰を緩め、血行を良くします。
開催期間	4月～11月（全 8 回）基本第 4 水曜日 13:00～14:00
場 所	国府公民館 洋室 1
講 師	大田垣 美菜子先生
対 象	一般
定 員	10 名
受講料	1,600 円（1 回 200 円×8 回）初回日に一括徴収いたします。
持ち物	ヨガマット、飲み物

【日 程】

1	4月 22 日	5	8月 26 日
2	5月 27 日	6	9月 16 日(第 3 週)
3	6月 24 日	7	10月 28 日
4	7月 22 日	8	11月 25 日

- ・ 状況により日程変更または中止の場合があります。
- ・ 欠席による受講料の払戻しはいたしませんので、あらかじめご了承ください。
- ・ お申込みをキャンセルされる方、欠席される方は国府公民館までご連絡ください。
- ・ 教室の様子を写真に記録して、各種広報等に掲載させていただく場合があります。

【お問い合わせ】〒923-0053 小松市河田町又 32 番地 電話 0761-47-0342
小松市立国府公民館（日・月曜日・祝日は休館日）

