

# ヨガ体験会 開催します！

「ストレスの解消、心身の  
バランスが整い、性別、年齢  
問わず楽しめます」

☆平成25年4月23日(火)開催します！

12:15(受付開始) 12:30(開会、実技) 14:00(終了予定)

☆開催場所: コープさっぽろ西岡店スタジオ(2F)

〒005-0864 北海道札幌市南区澄川6条4丁目2-5

## ☆持ち物

動きやすい服装、飲み物、ヨガマットなど(マット貸出しもあります。)

## ☆申込みについて

申込み書に必要事項記入の上、真駒内ス  
ポーツコミュニティークラブ事務局へFAXにてお  
申し込み下さい。

申込締切:平成25年4月19日(金)必着

## ☆賛助会費

クラブ会員 無料 非会員 500円

※クラブ会員個人4,000円/年～

お気軽に一度体験してみませんか?  
(5月より定期開催します)

## 講師紹介

### 井上 あや 先生

(水野ヨガ学院指導者養成修了)

初めてヨガを体験する方にもわかり  
やすく丁寧に教えていただけるので、  
ぜひご参加下さい。



## [問合せ先] 真駒内スポーツコミュニティークラブ事務局

〒005-0004 札幌市南区澄川4条6丁目7-35(幸内科クリニック内)

TEL080-3337-9150 FAX011-837-7325 E-mail: makomanaisc\_2012@me.com

HPURL: <http://makomanaisc.p2.bindsite.jp/>



真駒内スポーツコミュニティークラブ事業は、totoスポーツ振興くじ助成事業を受けて活動しております。

主催: 真駒内スポーツコミュニティークラブ

NO	参加者氏名	年齢	代表者連絡先(未成年者の場合保護者連絡先)
1			氏名
2			TEL 印
3			e-mail