

ヨガ教室 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5月7日(火)スタート！(毎月3回開催します)
12:15(受付開始) 12:30(開会、実技) 14:00(終了予定)
5/7,14,21,6/4,18.25開催します。※7月以降は月予定表をご覧ください。

☆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30日(火)必着
随時ご体験頂けます。

(会員:無料、非会員:1回賛助会費500円)

☆賛助会費

クラブ会員 1,500円(月)
非会員 3,000円(月)

※クラブ会員個人4,000円/年～

月に3回自分を緩めてみませんか？

講師紹介

井上 あや 先生

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