

# 金曜ヨガ教室

アロマを焚きながら身も心もゆったりと。  
無理をしないで身体の中に流れを感じてお帰りには笑顔がこぼれます。  
ヨガを通じて皆さんと一緒に素敵な時間を過ごしませんか？

実施日時

金曜日 10:00~11:30

2023年 4/7・14・21・28 5/12・19・26  
6/2・9・16・23 (計11回)

参加費

6,050円(11回分) ※体験の場合は550円

定員

40名

講師

石橋 貴子 先生

持ち物

動きやすい服装・バスタオル又はヨガマット

5本指靴下(ヨガ中に足の指を伸ばすことがある為。裸足可)

申込み

窓口または電話

主催

大阪市立東淀川区民会館

お問合せ

電話 06-6379-0700

FAX 06-6379-0800

一般財団法人 大阪市コミュニティ協会  
〒533-0023

大阪市東淀川区東淡路1-4-53 4F



新型コロナウイルス等感染症予防対策の一環と致しまして、以下にご協力ください。

1. 会場入場時にアルコール消毒等手洗いに協力ください。
  2. マスクを着用してご参加ください。
  3. 当日、発熱や風邪のような症状のある方につきましては参加をお控えください。
- 新型コロナウイルス感染症拡大状況によりましては本講座を中止または延期とさせていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。