

2021年度「生きがい講座」

はじめてのヨガ

のお知らせ

「体にいいなあ～」と笑顔でヨガ体操

体も心もリフレッシュ

あなたもいかがですか！

講師名：青木 美代子 先生

募集人数：8名

日程：2月9日・16日

3月2日・9日

水曜日：9時30分

～11時30分（全4回）



〆切：1月20日

往復はがきでお申込みください。

お申込の際にお伺いいたしました個人情報（連絡先など）は本講座の連絡以外の目的に使用することはありません。

(往信面)

63	2400105		
往信	秋谷老人福祉センター	横須賀市秋谷3の6の25	はがきは、何も書きません

(返信面)

63	□□□□□□	講座名	はじめてのヨガ
返信	あなたのお名前	あなたの住所	郵便番号
			住所フリガナ
			氏名
			電話番号
			年齢
			性別

秋谷老人福祉センター