

# やさしいヨガセミナーⅡ期

## 追加募集！！

呼吸と動きを合わせ、身体の中からリフレッシュします。  
初心者の方でも安心してご参加いただける教室です♡

日時 9月3・10・24日 10月8・22・29日

11月12・26日 12月3・17日

木曜日 全10回 14:00~15:00

場所 富山市民プール 2階多目的ホール

講師 山村 麻梨さん(ヨガインストラクター)

定員 5名 ※応募多数の場合、8月20日(木)に抽選を行い、全員に結果をお知らせします。

費用 5,000円(10回分)前納

申込方法 8月19日(水)までに(公財)富山市体育協会ホームページからお申し込みください。

持ち物 飲み物 汗拭きタオル  
運動しやすい服装でご参加ください。  
マット(貸出マットあります)

問い合わせ先 (公財)富山市体育協会 市民プール

富山市荒川4丁目1番70号

☎076-491-8899