

令和4年度

初心者ヨガ体験講座



6月～11月まで毎月1回初心者の方向けの
ヨガ体験講座を開催します。

第1回講師 数馬 さとみ

初心者の方でも、ムリなく、ケガなく、わかりやすいこまやかな指導をしています

日時 令和4年6月18日(土) 午前10時～午前11時半
場所 函館市亀田交流プラザ 大会議室3

講師	数馬 さとみ SunnySammyYoga主宰
対象	函館市民
参加費	無料
持ち物	ヨガマット・フェイスタオル・水分補給用の飲み物 ヨガマットをお持ちでない方は当館から借りる事もできます。
申込受付	5月23日(月)9時～6月10日(金)18時 窓口か、お電話(86-7980)でお申込みください。 応募多数の場合抽選を行います。当選された方にのみ6/12までにご連絡いたします。
定員	20名

※新型コロナウイルス感染拡大防止の為、以下項目をご了解の上でお申込みください。
●来場時マスクの着用をお願いします。●当日咳や発熱等体調不良がある方のご参加はご遠慮ください。●感染症の流行状況によって講座を中止する場合があります。●ご来館の際はなるべく公共交通機関をご利用ください。

函館市亀田交流プラザ

函館市美原1丁目26-12

0138-86-7980

<https://kamepula.jp>