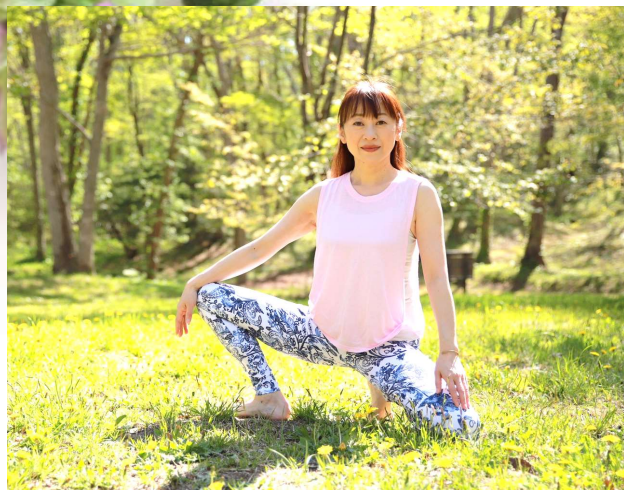


令和7年度

初心者ヨガ体験講座

5月～翌3月まで隔月1回(奇数月)、
初心者の方向けのヨガ体験講座を開催します。

第5回講師 児玉 典子



「無理なく 楽しく 優しいヨガから一緒に」をテーマに活動しています。

日時 令和8年1月25日(日) 午前10時～午前11時15分
場所 北海道ハウスタウンプラザ(亀田交流プラザ)大会議室2

講師	陰ヨガ講師 児玉 典子
対象	函館市民
参加費	無料
持ち物	フェイスタオル・水分補給用の飲み物・ヨガマット ヨガマットは貸し出しもできます。事前にお申し出ください。
申込受付	1月10日(土)午前9時～1月19日(月)午後6時 窓口またはお電話(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※切後2日以内にご連絡いたします。
定員	18名

- 当日咳や発熱等体調不良がある方はご参加ご遠慮ください。
- 駐車場が混み合いますので、ご来館の際はできるだけ公共交通機関をご利用ください。

北海道ハウスタウンプラザ
(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>