

初めての方にもやさしい

ヨガ教室

ヨガが初めての人、カラダを動かしたいと思っている人、普段あまり運動しない人、やさしくカラダをほぐしていきます。

毎日頑張っているところとカラダをヨガでリフレッシュしませんか♪

<開催日時>

10月19日
(木曜日)

10:30~12:00

受付 10:15~

<会場>

パルシステム栃木
センター

<住所>

小山市横倉新田
198-1

<講師>

ヨガインストラクター
YUMI

<参加費>

100円 お土産あり♪
後日ご利用代金との請求となります。

募集定員 10名程度

※応募多数の場合は抽選となります。当落・詳細案内は後日ご案内します。

持ち物 動きやすい服装、ヨガマットまたは大きめのバスタオル、汗拭きタオル、飲み物

託児あり お子さま一人につき300円(定員3名)

申込方法 下記のきりとり申込書または、
右の二次元コードからお申込み下さい。

募集締め切り 10月12日(木)

お問い合わせ パルシステム茨城 栃木 栃木センター
0120-390-433(月~金 9:00~17:30)

※お預かりした個人情報は参加申し込みの集約以外には使用しません。



きりとり

<10/19(木)「ヨガ教室」申込書>

パルシステム栃木センター行

締切 10/12(木)

コース番号	—	—	組合員番号
参加者氏名(フリガナ)			組合員氏名
日中繋がる電話番号			
《託児申し込み》 お子さん氏名(フリガナ)			
			性別: 男・女
おさんの生年月日(西暦)	年	月	日 アレルギー: 無・有()