

2019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

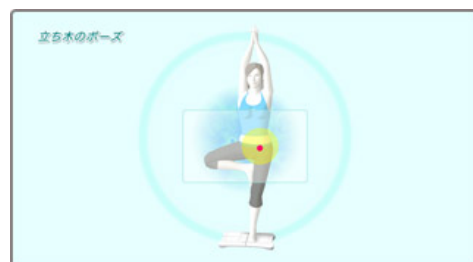
募集人数：20名

日程：11月7日・14日・21日・28日

12月5日・12日

木曜日・10時00分

～11時30分（全6回）



〆切：10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

ココ↓には何も書きません

返信面

62	2370076
往信	横須賀市船越町8の2の5 船越老人福祉センター

62	□□□□□□
返信	あなたのお名前
講座名	ヨガ
郵便番号	
住所	
フリガナ	
氏名	
電話番号	
年齢	
性別	

船越老人福祉センター