

ぴゅあ体験講座！

午前の講座

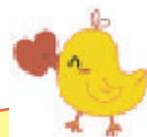
インド式ヨ～ガ入門編



男性も女性も！健康維持に！シェイプアップに！一汗流してリフレッシュ！！



【講師】永井 レミさん
KATOUヨ～ガグループ講師
山梨県テコンドー協会公認指導員



●未就学託児あり
【3日前までに要申込み】



日時 5月11日(火)・18日(火) 全2回 ※1回の参加でもOK！
午前10:00～12:00 (受付9:30～)

対象 どなたでも 定員30名 (先着順となります)

持ち物 運動しやすい服装・タオル ※ヨ～ガマットがある方はご持参下さい。

場所 山梨県立男女共同参画推進センターぴゅあ総合 3階和室
〒400-0862 甲府市朝気1-2-2

お申込先 TEL055(235)4171 FAX055(235)1077
e-MAIL danjo-c@yamanashi-bunka.or.jp