

-芽室町中央公民館講座参加者募集-

9月19日午前9時から募集開始

募集人数

20名



睡眠を改善するヨガ講座

ヨガで全身の血流の巡りを良くし、心身の緊張をほぐして、1日の疲れを取りましょう。ヨガで睡眠の質を変えていきませんか？

開催日時

10/16

10/23

11/6

11/13

11/27

12/4

すべて木曜日 19:00~20:00 全6回



会場

芽室町中央公民館 2階 講堂

受講料

3,000円

講師

鈴鹿 瑞穂 先生

募集対象

町内にお住まいの方 及び 町内の職場にお勤めの方

(定員に達しない場合はこの限りではありませんので、お問い合わせください。)

持ち物

ヨガマット (貸出用あり)、飲み物

締切 10/5 日

※お申込み多数の場合は、抽選とさせていただきます。また 申込者が少数の場合、中止となることがありますのでご了承ください。



託児あります! (無料) お気軽にお申込みください!

※受講日の10日前までにお申し出ください

HPはこちら



窓口またはお電話でお申込みください。

帯広市文化スポーツ振興財団のホームページからもお申込みいただけます。

芽室町
教育委員会

主管：芽室町中央公民館指定管理者
一般財団法人帯広市文化スポーツ振興財団

芽室町東3条3丁目1番地
TEL：0155-62-4680

4月~10月は
第一日曜日
年末年始休館