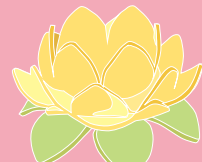




# 第5期



Relax Yoga

Relax Yoga

# リラックスヨガ

ストレスを軽減させるポーズを中心に行います。  
一日の疲れを一緒に解消しましょう。

全5回 水曜日 19:30 ~ 20:30

【日程】1月10日、17日、24日、31日、2月7日

【場 所】駒場体育館 会議室

【対 象】16歳以上

【定 員】14名

【費 用】全5回 2500円 (保険料含む)

【持ち物】運動しやすい服装 (靴は不要)

【講 師】米村 未衣

Relax Yoga

Relax Yoga

- ①受付窓口(下記の申込書に記入してお持ちください)
- ②往復ハガキ
- ③インターネット(目黒区スポーツ講座申し込みシステム ※QRコード有  
(目黒区ホームページ <http://www.city.meguro.tokyo.jp/index.html>)
- ④FAX 03-3485-3926

QRコード



## 申込方法

※応募多数の場合は目黒区在住・在勤・在学の方優先で抽選を行います  
 ※ご記入いただいた内容は、教室の連絡のみに使用いたします。また、無断で第三者に情報を提供することはありません。  
 ※近隣の方へのご迷惑を避けるため、お車でのお来館・送迎はご遠慮いただき、公共交通機関等のご利用をお願い致します。  
 ※メールアドレス「[komaba-taiiku@arrow.ocn.ne.jp](mailto:komaba-taiiku@arrow.ocn.ne.jp)」でご連絡致します。端末の設定・環境をご確認ください。  
 当落結果が届かない場合は駒場体育館へご連絡ください。

**申込期間：11月15日(水) ~ 12月5日(火)**

お問合せ 〒153-0041 目黒区駒場2-19-39 TEL.03-3485-7761 目黒区立駒場体育館

キリトリ

第5期リラックスヨガ

参加申込書

受付日： / 受付 No.  
受付担当

|      |    |        |
|------|----|--------|
| フリガナ | 年齢 | 電話番号   |
| 名前   | 歳  | FAX 番号 |
| 〒 住所 |    |        |

(在勤・在学の方は、名称・所在地)