Relax Yoga　　Relax Yoga

第４期
リラックスヨガ
水曜日

19：30～20：30

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。

【場　所】駒場体育館　会議室
【対　象】16 歳以上
【定　員】１２名
【費　用】全６回 3,６００円（保険料含む）
【持ち物】運動に適した服装（靴は不要）
【講　師】米村　未衣

【日程全６回】
令和８年
１０月２８日
１１月　４日
１１日
１８日
２５日
１２月２日

申込方法

①受付窓口（下記の申込書に記入してお持ちください）
②目黒区ホームページ（※ＱＲコード有）
③ＦＡＸ 03-3485-3926
④ハガキ

QR コード

※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
　応募人数に満たない場合は教室開始まで募集延長いたします。
※お預かりした個人情報は教室の連絡や出欠確認（実施・運営に必要な範囲内）で利用いたします。
　無断で第三者に情報を提供することはありません。利用目的にご同意の上、お申し込みください。
※近隣の方へのご迷惑を避けるため、お車での来館・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」でご連絡致します。アドレス帳にご登録をお願い致します。
　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：９月１５日（火）～１０月６日（火）　必着

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４期リラックスヨガ　　参加申込書

受付日：　　/　　締切：10月6日（火）
受付No.　　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）