

参加費  
無料

# Yoga Lesson

ヨガで朝活！  
素敵な1日の始まりを  
過ごせる充実レッスン♡

2021 7.10 土 10:00 - 11:30

お願い  
マスク着用や検温等  
当館の感染症対策に  
ご協力をお願いします。



夏の疲れたからだをヨガでリフレッシュ！

初心者でも気軽に参加できます♡

## お申込み詳細はこちら

- 場 所： 江東区青少年交流プラザ 多目的ルーム A(2F)  
対 象： 江東区在住・在勤・在学の16歳～概ね30代の方  
講 師： 小竹 光 先生(Hikaru's yoga 代表)  
参加費： **無料**  
持ち物： 動きやすい服装・汗拭きフェイスタオル・飲み物・身分証明書  
※ヨガマットはこちらで用意しています。  
定 員： 9名 ※申込者数が定員を上回っていない場合は、締切日後も申込みを受け付けます。  
申込締切： 7月5日(月)



— 講師 —  
Hikaru's yoga 代表 小竹 光 先生

感染症  
対策

講師・職員・参加者の  
マスク着用



入室前の  
検温・消毒



座席間隔を空けた  
ソーシャルディスタンス



会場内の  
定期的な換気



参加者全員の  
名前・連絡先の把握



<お問い合わせ>

江東区青少年交流プラザ TEL:03-3681-7334 FAX:03-3681-8732

※電話、窓口またはFAXでお申込みください。定員を上回った場合は抽選を行い、落選の方のみ電話でご連絡をします。

