

参加費
無料

Yoga Lesson

大人気のヨガレッスン
忙しい自分へのご褒美に
ゆったりした時間を♡



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。



2021 9.25 土 10:30 - 11:45

秋の夜長をぐっすり眠るために、心と体をほぐしましょう

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： 9月20日(月・祝)



— 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。

