

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♡



おねがい  
マスク着用と検温の  
ご協力をお願いいたします。



2022 1.22 土 10:30 - 11:45

心もからだもリフレッシュして、良い一年を過ごしましょう！

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  
申込締切： 1月17日(月) ※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。



— 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。

