

回 覧

お尻をきたえる

令和6年4月9日

フ ロー ヨ ガ

🍉 夏に向けて、めざせ桃尻 🍑 ✨



<日 時> 5 / 8, 15, 22, 29 (毎週水曜日) 18時45分～19時45分

<場 所> 苫小牧市労働福祉センター 1階 会議室

<講 師 名> 古海 ^{ふるみ} 愛さん(都市総合開発(株)アブロス矢代スポーツセンターインストラクター)

<参加資格> 会員・同居家族

<募集人数> 15名 ※参加人数が少ない場合は、中止となる場合もございます。

<参 加 料> 700円 (全4回)

<受付期間> 4月15日(月) AM9時～26日(金)

<申込方法> FAX 又は郵送でお申込みください。(先着順)

〒053-0011 苫小牧市末広町1丁目15番7号 苫小牧市労働福祉センター内

(一財) 苫小牧市勤労者共済センター TEL 35-2172 FAX 35-2173

[持ち物] ヨガマット (ない方は大判バスタオル) ・飲み物・汗拭きタオル

※事業のご案内は HP やメルマガ、Instagram でもしております☆



「フローヨガ教室」参加申込書

月 日

(一財) 苫小牧市勤労者共済センター 宛

FAX 35-2173

事業所名

申込代表者

電話番号

受付は4月15日(月) AM9時から!

参加者氏名	参加区分(会員番号)
	会員(—)・家族
	会員(—)・家族
	会員(—)・家族