

令和6年度

主催：塩釜市教育委員会 特定非営利活動法人塩釜市体育協会

心と体整えませんか？

無料体験会開催！！

男性のための

メンズ・ヨガ

日程：令和6年 5月 20日 (月)

時間：19:30～20:30 (60分)

場 所：塩釜ガス体育館 2階 研修室

参加費：無料

対 象：一般成人男性

定 員：15名 予約制

準備物：タオル・飲み物・運動できる服装
ヨガマット上に敷くもの(バスタオルなど)

講師：高橋 佐知子 先生

【申し込み書は裏面です】

