

一般社団法人西海市スポーツ協会

# ヨガ教室開催のお知らせ

大瀬戸総合運動公園体育館にて、ヨガ教室を開催します。  
リラックスして身体を伸ばし、心身の健康を保ちます。  
未経験の方も大歓迎です。興味のある方はぜひご参加ください。



## 開催要項

日 時：令和7年1月24日（金） 18：30～20：30

場 所：大瀬戸総合運動公園体育館

講 師：園川 真紀 先生

対 象：どなたでもご参加いただけます。

参 加 料：無料

申込方法：西海市スポーツ協会ホームページから申込用紙をダウンロード、またはお電話にてお申し込みください。

申込締切：令和7年1月22日（水）

当日ご持参いただくもの：ヨガマット（持っている方）、飲み物、タオル（長いもの）

動きやすい服装でご参加ください。（綿のジャージなど、伸びる素材の服）はだしで行います。予めご了承ください。

お問い合わせ：一般社団法人西海市スポーツ協会  
〒857-2303 西海市大瀬戸町瀬戸西濱郷 950  
大瀬戸総合運動公園体育館内  
TEL(0959-22-2903) FAX(0959-22-1120)  
担当：末岡