

やさしいヨガ

主催：船橋地区身近なまちづくり推進協議会

共催：世田谷区スポーツ振興財団

日にち

令和8年10月27日（火）

または

令和8年11月24日（火）

※いずれか一回のお申込みとなります。

時間

午前10時～11時30分

会場

千歳温水プール1階集会室

講師：宮川 ゆう子 先生

※講師は予告なく変更となる場合があります。

持ち物：運動を行える服、外履きを入れる袋、汗拭きタオル、
ヨガで使う長いタオル、飲み物（水分補給用）

定員：先着25名 参加費：無料

申込み：10月7日（水）～16日（金）8時30分～17時に
下記事務局へ電話・FAXでお申込みください。

※参加日・氏名・住所・連絡先・FAX番号（FAX申込の方）を
お知らせください。

※キャンセルする場合はお早めにご連絡ください。無断キャンセルが
続く方は、以降の申込をお断りさせていただきます。

事務局（申込み先・問合せ）

船橋まちづくりセンター

電話 03-3482-0341

FAX 03-5490-7031

※お申込みをされた方は、ご参加日時に直接会場へお越しください。

※今後の開催日は12月8日（火）に千歳台地区会館にて講話と体操、

2月16日（火）、3月23日（火）に千歳温水プールにて健康体操を予定
しています。