

阿倍野区民センターの

# ヨーガ教室

ヨーガで心身ともに  
リラックス  
&リフレッシュ

## 日時

木曜日 全18回  
午前の部：10：00～11：30  
午後の部：13：00～14：30

10月	13・20・27	1月	12・19・26
11月	10・17・24	2月	9・16・23
12月	1・8・15	3月	9・16・23

## 場所

阿倍野区民センター2階 大ホール

## 参加費

6,500円/3ヶ月（テキスト代含む）  
+ ジムナスティック代 1,650円（初めての方）

※なお、一度いただいた会費は返金できませんので、ご了承ください。

## 定員

各部 50名（先着順）

## 持ち物

ヨガマットまたはバスタオル

## 講師

(有)プレマサット・サンガ ヨーガスタジオ 西野先生

## 主催

株式会社ビケンテクノ

## 申込

9/15（木）より、  
阿倍野区民センター1階事務室にて受付開始☆



大阪市立  
阿倍野区民センター

〒545-0052  
大阪市阿倍野区阿倍野筋4-19-118  
TEL：06-4398-9877  
URL：http://abeno-cc.net/

阿倍野区民センター  
ホームページURL

