

はじめてのヨガ

4月19日～6月7日

日頃運動不足
だと感じてい
る方、
いかがですか？



初めてでも
講師のアド
バイスで楽
しく参加で
きます！

ダイエットにも効果的！

日 時 4月19日、26日、5月10日、17日、31日
6月7日の日曜日（6回）午後7時～8時30分

（日程は予定です。詳しくは広報とよた4月15日号をご覧ください）

会 場 豊田市青少年センター軽運動室

対 象 市内在住、在勤、在学の18～概ね35歳までの独身青年

対 象 22名（先着順）

参加費 1,200円（6回分の受講料、保険代）

申込み 平成21年4月5日（日）午前9時から参加費を添えて
直接青少年センターまで

豊田市青少年センター

豊田市東梅坪町8-3-1

TEL 0565-32-6291

E-mail: youth@hn2.aitai.ne.jp

<http://www.youth-toyota.com/>

