



気軽だから続く！
健康朝ヨガ

- ▶ 初心者大歓迎
- ▶ 集中力UP
- ▶ やる気UP
- ▶ ダイエット効果
- ▶ 肩こり・腰痛の緩和

2025

1.23~3.13 毎週木曜 全8回
11:15~12:45

Thursday



【会場】西体育館 武道室

【参加料】5,600円(保険料含む)

【対象】40歳以上

【定員】25名

【持ち物】動きやすい服装、水筒

【応募期間】12月1日~12月15日(必着)

【申し込み方法】

往復ハガキにて

①参加教室名 ②参加者名(ふりがな) ③年齢
④住所 ⑤電話番号を記載の上、西体育館宛に
申してください。

または来館時に申込書を記入してください。

※来館してお申し込みの場合、返信はがきをお持ちいただくが現金
85円(ハガキ代)が必要になります。

福岡市立**西**体育館
FUKUOKA CITY NISHI GYMNASIUM

〒819-0041
福岡県福岡市西区拾六町
1-13-35

お問合せ

☎ 092-882-5144