

# ヨガ

ヨガで創る、軸のあるまっすぐな「こころ」と「からだ」  
内面の美しさは貴方を輝かせ、暮らしを変化させていきます。

**無料体験実施中！ご希望の方は前日までにご予約ください。**

◆ 日 程：

土曜日	1月	2月	3月
午前11:00~12:15	20 27	3 17 24	3 10 31

◆ 場 所： 京都 YMCA ウェルネスセンター 地階マナホール

京都市中京区三条通柳馬場東入中之町2

◆ 対 象： 16歳以上の方

◆ 定 員： 20名（最少開催人数10名）

◆ 入 会 費： 1,000円（新入会の方のみ）

◆ 会 友 費： 1,500円（1月~3月分）

◆ 活 動 費： 12,096円（全8回分）

◆ 服 装： ジャージやTシャツなどの動きやすい服装(上下)、フェイスタオル、  
ヨガマット(お持ちの方)

◆ 講 師： 土井 景子 (Kei-luna ケイルナ)

◆ お申込み： 初日の前日までに、お電話または6階受付でお申し込みください。  
お申し込みをキャンセルされる場合は、お電話で必ずご連絡いただきますよう  
よろしくお願いいたします。



お申し込み・お問い合わせは...

**京都 YMCA ウェルネスセンター**

**☎ 075(255)4709**