

# Y O G A

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。

**無料体験実施中です。ご希望の方は前日までにご予約ください。**

## 日 程

土曜日	10月	11月	12月
午前11:00~12:15	13 20 27	10 17 24	1 8 22

12/22は101教室です。

**場 所** : 京都YMCAウエルネスセンター 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** : 2,500円 (2018年10月~2019年3月)

**活動費** : 14,580円 (全9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** : 6階受付またはお電話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  
よろしくお願いたします。



お申し込み・お問い合わせは...

京都YMCAウエルネスセンター

☎ 075(255)4709