

宗像市スポーツサポートセンター

# 春の火曜 定例教室



担当：古賀 美幸

## ■クラス開催期間

2024年5月14日（火）～7月30日（火）

11回

## ■申し込み

4月2日（火）から窓口及び電話で

申し込む。同センター☎72-1112

火曜日～金曜日の9：00～

17：00（祝日を除く）

## ■その他

各クラス20人（市民優先）。

体験参加可（1回500円）

※欠席した分の補講はなし。

欠席回数分、他施設を使用することができるチケットを提供。

詳細は同センター

※宗像市以外の方は教室開始日

以降の申し込みになります。

## ■参加料

5,500円（11回分）

申し込み時に一括払い

# はじめてみよう簡単ヨガ教室

10：00～11：00

まったくはじめての方大歓迎です。誰でも実施できるポーズから無理なく行ない、心身共にリラックスできるヨガ教室です。

