

# UNIVERSAL YOGA EARTH ストレッチヨガ



UNIVERSAL YOGA EARTH  
ヨガの動作と瞑想法で  
身体・呼吸・心を整えます



## ★ 教室要綱

## ★ 指導員紹介

- 場所 ■ 片山市民体育館 第3体育室
- 日時 ■ 8月2日(金) 午後1:30~午後2:30  
※受付開始 午後1:00~
- 参加料 ■ 800円 (税込・ヨガマット代込み)  
※ヨガマットをお持ちの方は 600円
- 対象員 ■ 中学生以下除く 15名  
※先着順
- 受付 ■ 令和6年7月2日(火)~令和6年8月1日(木)まで  
体育館窓口、電話にて受付
- 持ち物 ■ 動きやすい服装、飲み物、  
ヨガマット、タオル等を持参してください。



UNIVERSAL YOGA EARTH  
認定インストラクター  
目黒市民体育館 吉田 朱美

※申込人数が5名以下の場合、中止とさせていただきます。  
予め、ご了承下さい。



**吹田市立片山市民体育館**  
TEL : 06-6389-2681

〒564-0072 吹田市出口町31-2  
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7112>

- 営業時間 平 日 / 9:00~21:00  
土・日 / 9:00~21:00  
第2月曜日 / 18:00~21:00
- 休館日 毎月第2月曜・年末年始  
※第2月曜日が祝日の場合は翌平日が休館