

# 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** 11月27日(月) 午前10:00~午前11:00  
※受付開始 午前9:30~
- 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5年10月27日(金)~令和5年11月26日(日)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