

# 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

- 場所 ■ 片山市民体育館 第3体育室
- 日時 ■ 12月24日(土)午前10:00~午前11:00  
※受付開始 午前9:30~
- 参加料 ■ 1,000円 (税・レンタルマット代込み)  
※ヨガマットをお持ちの方は 800円
- 対象員 ■ 中学生以下除く 15名  
※先着順
- 受付 ■ 令和4年11月24日(木)~令和4年12月23日(金)まで  
体育館窓口、電話にて受付
- 持ち物 ■ マスク、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。

## ★ 指導員紹介



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

※体調がすぐれない方(特に当日37.5以上の発熱がある方)は、参加をお断りする場合がございます。

※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理いたします。



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