

勤労者のための  
定期講座

どうぞお気軽にお申し込みください♪

# ヨガ教室(初級)

勤労者の仕事のスキルアップや有意義な生活を過ごしていただけるよう、講座を開催しますので、ぜひご参加ください。

会 場 : 岡崎市勤労文化センター (地図裏面)

主 催 : 公益財団法人岡崎幸田勤労者共済会

## 内 容

### 1. 日程・場所

日にち／ 5月11日・18日 6月15日・29日 7月13日・27日 全日程土曜日 全6回  
時 間／ 10:00～11:30  
場 所／ 岡崎市勤労文化センター 2階 第1研修室

2. 講 師 アフア AFAAヨガ 認定インストラクター おおば 大庭 ゆかり 由香里 氏

3. 定 員 20名予定(抽選)

4. 参加費 無料

5. 持ち物 ヨガマット(または大きめのバスタオル)、汗ふきタオル、水分補給飲料

★ “体が硬い…” “体調を整えたい…” こんな方にヨガのお話とやさしいポーズで楽しんでいただけ、初心者の方にぜひお勧めです。  
心と体をリラックスさせ、元気な体づくりを始めましょう！



(裏面に続きます。)

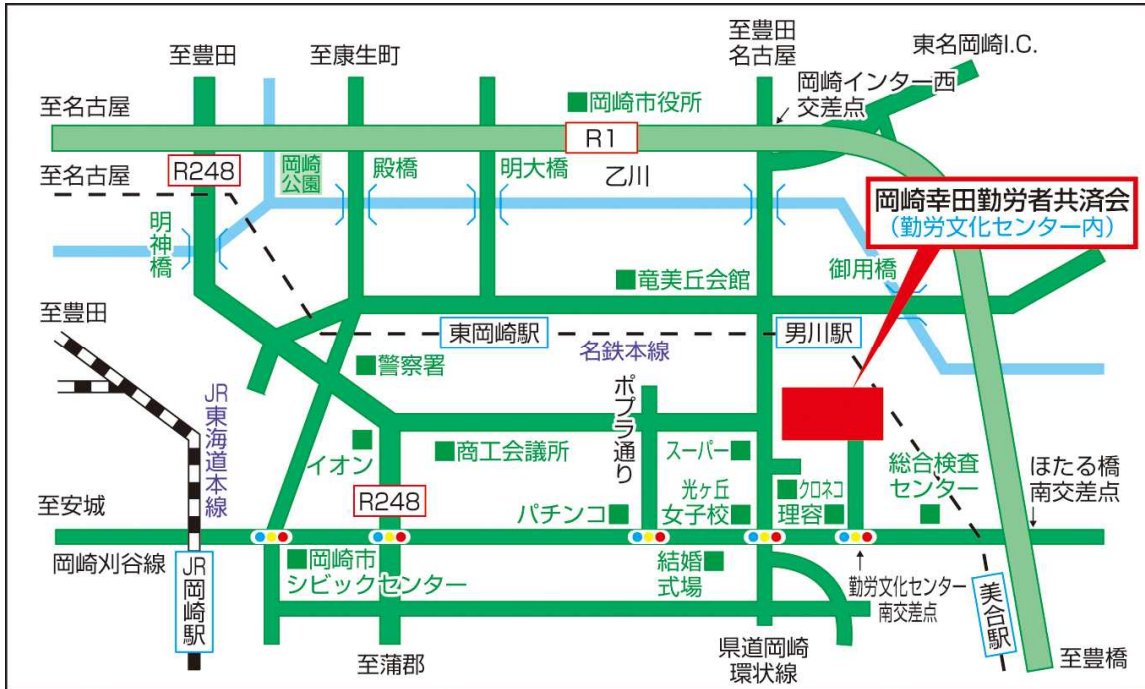
### 申込方法 (抽選)

- ・申込受付開始 4月7日(日)から
- ・ " 締切 同月20日(土)まで

下記申込書にご記入のうえ、共済会へFAX(54-8475)または共済会窓口(8:30~17:15)へお申し込みください。(郵送も可:但し郵送の場合は20日付消印有効)

〒444-0802 岡崎市美合町五本松 68 番地 12 岡崎市勤労文化センター内  
公益財団法人岡崎幸田勤労者共済会

### 岡崎市勤労文化センター案内図



・名鉄男川駅より徒歩 10分

問合せ先：公益財団法人岡崎幸田勤労者共済会 電話：0564-54-8495

## 「ヨガ教室(初級)」申込書

宛先 公益財団法人岡崎幸田勤労者共済会

FAX(0564)54-8475

FAXの場合は切り取らずにそのまま送信してください。

※ 共済会会員番号(会員のみ)

ふりがな  
氏名

年齢 歳

住所 〒

当日連絡電話番号

※下記の いずれかに「○」をしてください

勤労者 ・ その他

※ご記入いただきました個人情報、本講座の運営管理以外の目的には使用しません。