

Summer sports program

BASIC YOGA

夏にヨガ、はじめませんか？

全10回

7月～9月

受講生募集中！

体験
有！

ヨガマット
無料貸出！

駅チカ

対象

- ❁ 京都市内にお住まい・通学先・通勤先のある方。
- ❁ ヨガを楽しみたい方。初めての方大歓迎です！

夏を無事に乗り越えたい方にオススメ！

日時

木曜日 19:30～20:30 全10回

7月 5、12、19、26日

8月 2、9、23日

9月 6、13、20日（予備日9月27日）

料金

13～22歳 : 6,000円
23～30歳 : 6,500円
31歳～ : 10,000円

体験できます！
1回 500円

定員

20名（先着順）



この印刷物が不要になれば
「雑紙」として古紙回収等へ！

講師

野口 真奈美 さん

ホリスティックヘルスコンサルタント

丁寧な指導と優しく明るい人柄が人気の講師です！

持ち物

大きいタオル、汗ふきタオル、
飲み物（水分補給を忘れずに）、
動きやすい服装（ロングパンツなど）

ヨガマットの無料貸し出しあります！

お申込み

①お電話 075-231-0640

月～土 10-21時、日・祝 10-18時（水曜休館）

②WEB

[http://ys-kyoto.org/nakagyo/
yoga1801/](http://ys-kyoto.org/nakagyo/yoga1801/)

「お問い合わせフォーム」よりお申し込みください！



場所・アクセス

京都市中京青少年活動センター(3F)
レッススタジオ



◎地下鉄「四条駅」・「烏丸御池駅」徒歩5分

◎阪急「烏丸駅」徒歩5分

●お問い合わせ
京都市中京青少年活動センター
TEL: 075-231-0640
E-Mail: nakagyo@ys-kyoto.org

●主催
(公財)京都市ユースサービス協会
京都市中京青少年活動センター
京都市ユースサービス協会は青少年の自主的な活動を応援します

