

初めての方でも
経験者でも
ご参加可能です。
気持ちよく
身体を伸ばし
リフレッシュ！

ヨガ教室

2026年

1/15・22・29・2/5・12・19

10:30~11:30 毎週木曜日（全6回）

場 所 伊勢原市体育館 2階 会議室（空調設備有）

対 象 市内・市外の方問わず（高校生以上） 定員30名

参 加 費 3,000円（全6回）初回時にお支払いください。
※欠席の場合、払い戻しはできません。

持 ち 物 ・運動できる服装 ・タオル ・飲み物
・ストレッチマット（無料貸し出し有）

申込方法 12/16（火）より お電話または直接体育館管理事務所へ

お問合せ： “元気な伊勢原づくり”共同事業体 伊勢原市総合運動公園 体育館 管理事務所
TEL 0463-92-3536 FAX 0463-92-3777
e-mail info@genkina-isehara.net



“元気な伊勢原づくり”共同事業体