

# 女性のためのアンチエイジング プログラム

## 開催要項

- ◆ 事業名 女性のためのアンチエイジング
- ◆ 内容 身体の硬い人でも気軽にヨガを楽しめるプログラムをはじめ、個性豊かな講師をお招きし、アンチエイジングを楽しく学びましょう。

### ◆ 開催日とプログラム一覧

開催月	開催日	プログラム	時間	会場	講師
6月	11日（火）	足裏 マッサージ	19:00～ 20:30	会議室	深津 百合香
	25日（火）	ヨガ	19:00～ 20:30	武道場	梅村 智香子
11月	12日（火）	足裏 マッサージ	19:00～ 20:30	会議室	深津 百合香
	26日（火）	ヨガ	19:00～ 20:30	武道場	梅村 智香子

- ◆ 定員 20名（全プログラム受講者を優先いたします）
- ◆ 参加対象 35歳以上の女性
- ◆ 申込期間 5月10日(金)9:30～5月23日(木)全プログラム受講希望者  
5月24日(金)9:30～5月31日(金)希望プログラムのみ受講希望
- ◆ 申込方法 電話でも受付いたします。  
※6月5日（水）までに総合体育館窓口で申込用紙に記入し、受講料を納入してください。  
※申込み完了時に、各プログラムの持ち物をご案内いたします。
- ◆ 受講料 全プログラム受講 3,500円  
希望プログラムのみ受講 1,000円/1回
- ◆ お問合せ先 深川市総合体育館 22-1144