

ヨガセミナーのお誘い

参加費無料

例年ご好評いただいております互助会によるヨガセミナーを、
本年度も県下3箇所で開催し、東部は屋外の会場で開催します。
対象者は、**会員及びその家族**です。皆様のご参加をお待ちしております。



講師



砂丘ヨガ主宰
砂丘 YOGA® 主宰
ヨガ・SUP ヨガインストラクター
「SPOUT」オフィシャルアンバサダー

石谷 依利子 氏

セミナーのご案内

東部

演題

自然の中でリフレッシュ！
「湖畔でヨガ&カフェ」

ヨガマット
プレゼント！

中部

演題

呼吸が深まるリラックスヨガ

西部

演題

心とカラダが調うヨガ

11月5日(金)

一鳥取市一
湖山池湖畔

ナチュラルガーデン芝生広場
(※雨天時は中止)

申込締切 10月20日(水)

11月12日(金)

一三朝町一

深泉閣

申込締切 10月27日(水)

11月19日(金)

一米子市皆生一

東光園

申込締切 11月2日(火)

3会場いずれも ○受付: 13:30~ ○開会 13:55 ○実演 14:00~15:30 (90分)

- ※ 当日は動きやすい服装・タオル・ドリンク・マスクをご持参のうえ、ご参加ください。
- ※ 東部会場には更衣室等はありません。
- ※ 新型コロナウイルス発生状況により、開催を中止する場合があります。
中止の際は、ホームページにてお知らせします。
- ※ 新型コロナウイルス感染症対策として、受付での検温、手指の消毒、室内会場の換気を行います。
- ※ 参加者は当日の健康状況報告書の提出にご協力ください。

参加希望の方は、**各会場の申込締切日まで**に所属所の共済事務担当課へお申し込みください。

<問合せ先>

〒680-0846

鳥取市扇町 32 番地

一般財団法人 鳥取県市町村職員互助会 福祉課 TEL0857-26-2421