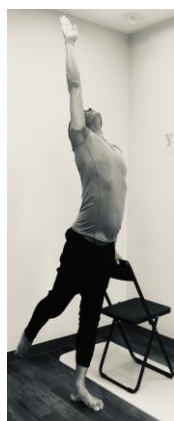


むりしない、でも あきらめない



椅子に座っての シンプルヨガ入門講座

心と体のバランスを保つヨガ！

インドに大昔から伝わる
シンプルで無理のないヨガ！



アニール K セティ 先生

【講師プロフィール】

インド、ニューデリー生まれ。デリー大学数学科卒業後、同大学中国語研究科日本語科卒業。1987年から日本でヨガ講師として活動。公共団体、企業、カルチャースクール、飛鳥などの大型客船の船上などで指導。わかりやすいレッスンには定評があり、親しみやすい人柄に生徒の人気の高い。著書「簡単ヨガレッスン」「はじめてのヨガレッスン」他。

日時	令和2年11月6日(金) 午後2時～3時まで		
講師	アニール K セティ 先生		
会場	大田区嶺町集会室 大田区田園調布本町7-1		
受講料	無料		
定員	30名	申込締切	10月23日(金) 申込先着順。定員になり次第期日前でも締め切らせていただきます。

FAX 03-3728-6644

シンプルヨガ入門講座

受講申込書

住所(参加証をお送りします)	電話番号(当日連絡がとれる番号)
氏名	FAX番号
会社名	

注)受付にて、手指消毒、検温を実施させていただきます。マスク着用もお願い致します。

換気、座席の間隔を空けるなど配慮しておりますが、参加は自己責任でお願いします。

※ご記入いただいた個人情報は参加証発送以外には使用致しません。

お問い合わせは (公社)雪谷法人会事務局まで 電話(03)3726-0051

公益社団法人雪谷法人会 女性部会