

岩手労福協 主催
2019年度
健康促進

ヨガ教室



参加費
無料

ココロとカラダ…リラックス!!

* 盛岡会場 *

* 北上会場 *

2019年 7 月 6 日 土

2019年 7 月 13 日 土

アイーナ

北上市総合福祉センター

6F 世代間交流室

2F 第1・2研修室

盛岡市盛岡駅西通1-7-1

北上市常盤台2-1-63

☎ 019-606-1717

☎ 0197-64-1212

※お車で越しの方は…
各自近隣の有料駐車場等をご利用ください

* 遠野会場 *

※ 開催時間 ※ 10:00~12:00
(受付:9:30~)

※ 募集定員 ※ 各会場 先着20名
定員になり次第、締切とさせていただきます

2019年 7 月 20 日 土

JAとおの生活センター

2F ホール

動きやすい服装 でお越しください

当日★ヨガマット・タオル・飲み物★差し上げます!

遠野市松崎町白岩15-10-1

☎ 0198-62-6600

※ 講師 ※ 越後 美代子 先生

※ 募集対象 ※ ヨガに興味のある方 (初心者大歓迎!)
身体を動かしたい方・リラックスしたい方 どなたでもOK!



- NPO法人国際ヨガ協会理事長・東北地区代表理事
- インド政府公認ヨーガインストラクター
- ヨーガ療法士 (セラピスト)
- 日本統合医療学会会員・ヨーガ療法学会会員
- ヨガ歴50年以上 ●ヨガ指導歴40年以上
- NPO法人コーディネーター (国際ボランティア事業団)

※ 主 催 ※ (お申込・お問い合わせ先)

一般社団法人 岩手県労働者福祉協議会

盛岡市大通1-1-16 岩手教育会館3階
☎ 019-654-3082 / FAX 019-651-5024

※ 後 援 ※

東北労働金庫岩手県本部/全労済岩手推進本部/一般財団法人ハピネス共済会/消費者信用生活協同組合
岩手県学校生活協同組合/連合岩手/平和環境岩手県センター/岩手友愛会/各地区労福協・勤労協

(一社)岩手労福協 宛 (FAX 019-651-5024)

申込〆切 各会場: 6月28日(金)

定員に
なり次第
締切

2019健康促進「ヨガ教室」参加申込書

氏 名	性別 (〇印を)	年齢	連絡先☎	参加会場 (希望会場に〇印)
	男・女	歳		盛岡・北上・遠野
	男・女	歳		盛岡・北上・遠野

参加者の個人情報につきましては、個人情報保護法の理念に基づき、本「ヨガ教室」以外の目的での使用はいたしません。