

# AYURVEDA

# &

# YOGA

両講座とも

・2022年12月5日・

受付開始

2022年  
12月18日(日)

## アーユルヴェーダ基礎講座 ～体質診断編～

【時間】 10:00～11:30  
【定員】 15名程度  
【場所】 2F 会議室  
【対象】 女性のみ  
【参加費】 無料  
【持物】 筆記用具,水分

2023年

1月15日(日)

## やってみよう! YOGA

【時間】 10:00～11:30  
【定員】 30名程度  
【場所】 1F 多目的ホール  
【対象】 どなたでも  
【参加費】 無料  
【持物】 ヨガマット,水分  
タオル

Instructor



Yoko Takahara

・RYT200ヨガインストラクター取得  
・アーユルヴェーダ基礎講座修了

### 【注意事項】

新型コロナウイルス感染症対策として下記の対応をお願いします。

①受講前の検温 ②受講前の手指消毒 ③マスクの着用

※37.5度以上の発熱があるお客様は受講いただけません。  
軽度であっても咳や咽頭痛、風邪等の症状があるお客様は受講をお控えください。

お問合せ  
お申込み

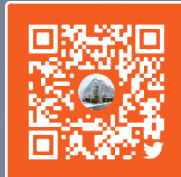
守口市東部エリアコミュニティセンター

〒570-0012 大阪府守口市大久保町1丁目南27番6号

☎ 06-6902-5500 (9時～22時)

バスでご来館の場合…京阪バス「古川橋駅」から「藤田」下車 徒歩5分  
お車でご来館の場合…当館の駐車場が満車の場合は近隣の有料駐車場をご利用ください。

Twitterでも随時  
情報配信中!



【主催】 守口市東部エリアコミュニティセンター (東部エリア指定管理者 株式会社ケイミックスパブリックビジネス)