

PTA会員各位

県立浦添高等学校

PTA会長 川口 千賀子
顧問(校長) 上原 源三
文化部部長 普久原 津也子
(公印省略)

第3回 初心者にも優しいヨガ🎵～PTA文化部講座のご案内～

9月も半ばを過ぎて少しずつですが沖縄も秋らしい空になってきました。日頃は、PTA活動にご理解・ご協力をいただき誠にありがとうございます。

さて、第3回文化部の講座を講師の八幡綾先生をお招きし下記の通り初心者でも楽しめるヨガ教室を開催いたします。

ダイエットはもちろん、骨盤調整・美肌・むくみ解消・冷え性改善・アンチエイジングなど、様々な効果が期待されるヨガを手軽に始めませんか？日頃の運動不足を解消し、さわやかな汗を流しましょう。お気軽にご参加くださいますよう、ご案内申し上げます。

記

開催日時 平成30年10月9日(火) 19:00～20:00
場所 浦添高等学校 武道場(体育館の裏手にあります)
募集人数 約20名
服装・持ち物 動きやすい服装、水筒、汗拭きタオル、バスタオル1枚(ヨガマットの代わり)
申込方法 下記の申込み用紙を切り取り、生徒を通して担任もしくはPTA事務までお届けください。
締切日 **平成30年10月3日(水)**
問い合わせ先 PTA 文化部 部長 普久原津也子(090-7166-5659)



----- 切り取り線 -----
参加申込み用紙

ヨガ教室に参加します。

※該当箇所に○をつけてください。

- () 保護者のみ参加します。 () 生徒のみ参加します。
() 保護者と生徒も参加します。 () 小学生以下の子ども _____ 人の参加あり

生徒名

保護者名

年 組：