

外国人と一緒にからだを動かしながら健康な身体づくりを目指す「グローバルフィットネス」
今回の講座は「ヨガ」です。英語を学びながら楽しく体を動かしましょう!

Omura Global Fitness is about trying the Fitness that can be found in homes!
In this class, we will learn what simple workout without tools!
We can share each other's culture, knowledge and love of fitness!

2021年

1月23日(土)

10:30 ~ 12:00

プラザおおむら

2Fホール

大村市本町326-1

Saturday, January 23

10am-12pm

at Plaza Omura

■ 講師 Teacher

久田 愛 Ai Hisata

■ 内容 Plan

ヨガ Yoga

■ 参加費 Cost

無料 Free

■ 定員 Seats

20人 20 persons

■ 持参品 Bring

運動服、ヨガマット(またはバスタオル)

Sportswear, Yoga mat or Bath towel

お申込み To join

お電話またはメールで「氏名・住所・電話番号」をお知らせください。
Please call. You may also E-mail your name, address and phone number to:

大村市国際交流プラザ
Omura International Plaza
大村市本町 458-2 Omura-shi, Hon-machi 458-2

TEL 0957-51-1048

E-MAIL info@kokusai-omura.com

WEB <https://kokusai-omura.com/>

お申込み締切 RSVP

1月22日(金)
Jan. 22

こちらからも
ご予約
できます。

