



貝塚市立第二中学校

PTA会長 米田 昭一郎

人権教養委員長 岸本 佳美

疲れ・ストレスもすっきり

ヨガ体験講座

※きらめきサークルとの共催です

昨年度、プリザーブドフラワー講座で盛り上がったPTA講座は、今年はヨガ体験講座・お食事会で企画しました。子育て・お仕事で疲れた心と体をリフレッシュし、講座の後にはおいしいランチに舌鼓を打ちましょう！！
お母さんはもちろん、お父さんの参加也大歓迎です！！



日時 : 11月4日(金) 午前10時

場所 : 貝塚市立総合体育館 柔道室

活動内容 : 10時～11時半頃 ヨガ体験

12時～1時半頃 レストラン「夢一喜」

徴収費用 : 1000円

当日徴収します。

PTAからの補助があるので、お食事付きの格安講座です。

持ち物 : 動きやすい服装

バスタオルまたはヨガマット

タオル

水分補給用の飲み物

着替え(汗びっしょりになることが予想されます)

申し込み期日 : 10月14日(金)

ふるってご参加ください

定員 30名 程度

PTA教養講座申込書

10/14(金) 〆切

※ヨガのみに参加される方は、右下の欄に〇をつけてください

保護者欄	地区名			参加者氏名	電話番号
生徒欄 (兄弟がいる場合は上の学年で)	学年	組	番号	生徒氏名	ヨガのみ参加 ()