

平成26年6月17日

P T A会員の皆様へ

大阪市立緑中学校 P T A
会 長 田 中 克 人

初夏の候、皆様にはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。平素はP T A活動にご協力いただき、ありがとうございます。

さて、この度P T Aの新しい活動として、月1回のヨガサークルを開講することになりました。健康のためのエクササイズとして、興味があるけど機会がなかった方、みんなでワイワイとヨガを楽しむ場になればと願っています。



ヨガ場



日 時	毎月 第1火曜日 19:00~20:00	7月1日より開始
場 所	緑中学校 格技室	
持ち物	ヨガマット（なければバスタオルで代用）、飲み物	
服 装	動きやすい（開脚、屈伸のできる）服装	
受講料	無料	
参加資格	緑中学P T A会員（男・女）、保護者同伴の場合は生徒も可 （小さいお子様を同伴される場合は、保護者の方の責任において 対応をお願いいたします。）	
申込方法	下記申込用紙に記入のうえ、担任の先生にお渡してください。	
申込締切	6月27日（金）	

難しいポーズは行わず、それぞれの動ける範囲で行います。続けていくことで筋力がつき、体のバランスが整うと、ポーズをとる間の気持ちの変化を発見できることと思います。

身体が動くようになると、心も動きますよ！男性会員の方も歓迎します。♥ We are Yogi ♥

キ リ ト リ セ ン

申込日 平成26年 月 日

ヨガ場 参加申し込み

年 組 生徒 氏名

保護者氏名

TEL ()

*携帯電話をお持ちの方は、携帯番号の記入をお願いします。