

平成 29 年 9 月 14 日

P T A 会員の皆さまへ

伊丹市立伊丹高等学校
P T A 会長 東 絵里亜
厚生部長 北村 結子

ヨ ガ 講 習 会 の ご 案 内

秋涼の候、皆さまいかがお過ごしでしょうか。日頃より P T A 活動にご理解・ご協力をいただきありがとうございます。

さて、今回は櫛間真寿美（くしますみ）様を講師にお迎えし、「なんとなく不調のあなた」におすすめのリンパヨガの講習会を実施いたします。マッサージをすることで自分の身体に触れ身体の声を感じとり、自分を癒すことができます。心と身体の繋がりを感じてみませんか？

会員の皆さまの多数のご参加をお待ちしております。

日 時 平成 29 年 10 月 27 日（金） 午前 10：00～12：00
受 付 午前 9：40～
場 所 柔道場
定 員 30 名 ※定員になり次第、締め切らせて頂きます。
持ち物 バスタオル（ヨガマットがある方はお持ちください。）
水分・汗拭きタオル・動きやすい服装

ヨガは空腹のほうが効果があるそうなので朝食を抜いてこられる事をお勧めします。
朝食を抜けない方は朝 8 時までに済ませて来てください。

参加費 無料
申込方法 9 月 28 日（木）までに P T A 箱（P T A 室前・職員室前）に申込書を入れてください。
学校に直接 F A X（072-777-8640）でも受付しております。
※ F A X される方はこの用紙を切り取らず送信してください。
※申込後の取り消しは出来ませんのでご了承ください。
※参加は P T A 会員のみとさせていただきます。

*「あて布回収」については老人ホーム寄贈のため他 P T A 行事でも随時受け付けをしています。

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・切取線・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

提出締切日 9 月 28 日（木）

P T A 宛（厚生部）

[ヨ ガ 講 習 会 参 加 申 込 書]

参加者氏名 _____

_____ 年 _____ 組 _____ 生徒氏名 _____