

# デフ・インストラクターHiroのヨガセミナー



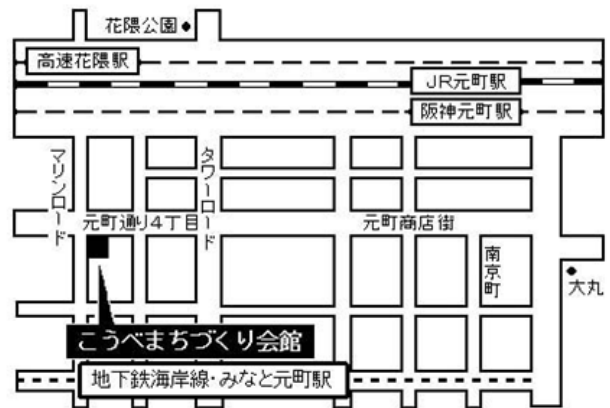
Hiroです！ヨガは、立ちポーズなしで座って、寝て、リラックスして行なえるので、年齢を問わずどなたでもできます。体が硬くても大丈夫！心も身体もポカポカ軽くなってすっきり感を味わって帰っていただけます！

▼日時・・・平成27年 **2月15日（日）** 14:30～16:30

▼会場・・・**こうべまちづくり会館 3階 多目的室**

地下鉄海岸線『みなと元町駅』

西1出口から北へ徒歩1分 >>>



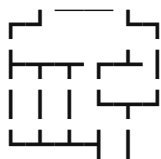
▼講師・・・**藤裕子氏** 

聴覚障害者。デフリンピック金メダリスト。  
リラクゼーションヨガ3級インストラクター  
ベビーキッズアドバイザー2級アシスタント

★当日は動きやすい服装、ヨガマット又は大タオル（横60×長さ170くらい）をご用意下さい。

▼対象・・・当協会会員・非会員問わず、老若男女ご参加いただけます。

▼参加費無料！ 【先着順受付】会場定員の都合上、事前申込をしてください。



↓申込書に  
記入してね

■申込先・お問い合わせ

- ┆ (公社)兵庫県聴覚障害者協会 涌井青年部長&木戸スポーツ部長
- ┆ 【FAX】078-371-0277 (兵聴協事務所内)
- ┆ 【メール】h.deafsports@gmail.com

◆2月15日(日)兵庫県ろうあ者社会生活教室 申込書◆

おなまえ		所属団体	(地域： )	
FAX または メールアドレス		子連参加	年齢	才 人
連絡事項	ご質問・要望(手話をメインに進行します。音声読み取り・要約等希望の方はご相談下さい)			

※子連れの方へ・・・保育スペースはなく、会場の後方でスタッフが子供を見守るだけです。ご了承ください