スマイルあっぷるの会１２月の集い

温泉でゆったりのんびり

会員限定

直前入会もOK

★日時：平成24年12月1日（土）～2日（日）

★場所：青森市浅虫温泉「帰帆荘」

★ミニ講座（夕方開始予定）

「ココロとカラダをつなぐリラックス・ヨーガ」を予定。

ゆったりした体操と呼吸法のヨーガです。

★参加費―宿泊は1万円。日帰りは7千円。

★参加申込（11月20日まで）

・同封の申込書に記載の上、FaX又は郵送で送付願います。

自宅にFaXのない方は、コンビニでもできます。

・葉書、電子メールの方は参加申込書を参考に必要事項を記載の上

送付して下さい。

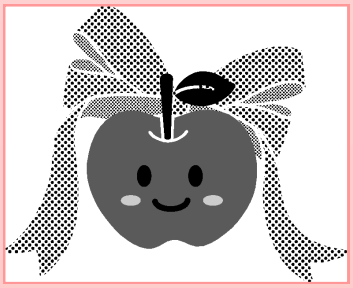
★申込後のキャンセルは11月25日までお早めにご連絡下さい。

申し込み先

「スマイルあっぷるの会」

住所:〒030-0963

青森市中佃1－5－2－12 木戸方

FAX:017-741-5766

Eメール:s_ap2011@yahoo.co.jp