

令和2年10月19日

PTA会員 様

雀宮中学校PTA会長 長田 昇一  
同 研修部部長 田中 洋子

### 「陰ヨガ・ピラティス」講習会開催について

仲秋の候、PTA会員の皆様にはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

さて、下記のとおり研修部主催で「陰ヨガ・ピラティス」を実施いたします。

心と身体に安らぎを与えられる時間にしたいと思いますので、ご多忙中の折とは存じますが、ぜひご参加くださいますようお願いいたします。

#### 記

- 1 日 時 令和2年11月25日(水)  
9:20集合/9:30~11:30
- 2 場 所 雀宮中学校体育館・1階武道場
- 3 内 容 「陰ヨガ・ピラティス」 参加費無料  
講師 小倉 緑 先生
- 4 持ってくる物 補給水・汗拭きタオル・ヨガマット(大判バスタオル可)  
細長いタオル(ヨガで使う)  
※ 動きやすい服装でお越しください。
- 5 申し込みは、10月30日(金)までに担任の先生へ提出してください。  
定員20名です。なお、申込多数の時には先着順とさせていただきます。

<担 当>

PTA事務・荒川

653-0379

.....切り取り線.....

PTA研修部部長 様

令和2年10月 日

「陰ヨガ・ピラティス」講習会参加申込書

年 組

生徒氏名

参加者名

(10/30締め切り)担任→PTA事務・荒川へ