～本格カレーランチ付き！！～

癒しのヨガ★魅惑のカレー

山北会場のレッスン「癒しのヨガ」で、カレーランチ付きのイベントを開催します。
レッスンでは優しく柔らかな雰囲気の赤松先生。実は、過去に本場インドでカレー作りの修行を積んだことも！
とってもリラックスできる癒しのヨガで体をほぐした後は、赤松先生特製の本格インド風カレーでお腹を満たします。本場インドから取り寄せたスパイスを効かせ、素材の味を活かした魅惑の味。
美味しいカレーのコツも聞けますよ！

ランチ代含む

◆日時：**11/17(月)** 10:35～12:30
（レッスン 10:35～11:35、ランチ 11:40～12:30）
◆場所：山北町健康福祉センター201・2 会議室
◆講師：赤松麻紀さん
◆持ち物：ヨガマット、タオル、飲み物
動きやすい服装で。
◆定員：15 名（定員になり次第締切ます）
◆申込み：11/10(月)までに会場またはメールにて
タイトル「山北イベント」本文に参加者名記載

◆会費：パスポート会員 700 円
チケット会員 1200 円(いつもは 800 円のレッスン会費を 500 円で！＋ランチ 700 円＝1200 円)・非会員 1200 円
※親子会員は非会員の 100 円引き
◆託児：要申込。11/10(月)までに会場又はメールにて
イベントお申込時にお子様名・年齢をお伝え下さい
【託児料金】チャージ会員は通常通り
親子会員・非会員は１人目 500 円，２人目以降 300 円
※託児はレッスン中のみです。お子様の昼食は各自お持ちください。

あすぽ
【お申込・お問合せ先】メール asupo2009@yahoo.co.jp
☎０９０-８０１３-５５４１(秋葉)　URL　http://asupo1.com

スポーツ振興くじ助成事業