

心と体を美しく健康に

# ヨガ教室

年齢・性別を問わずどなたでも参加できます。  
ダイエットや腰痛・肩こり等の改善にいかがですか。  
全4コースよりご都合のいい曜日・時間をお選び下さい。

## 水曜日

講師:前野美奈 先生

A教室 13:00~14:15

B教室 14:30~15:45

## 木曜日

講師:長谷聡子 先生

C教室 14:00~15:15

D教室 15:30~16:45

第1期 4月~6月  
第2期 7月~9月  
第3期 10月~12月  
第4期 1月~3月

受講料  
6,000円(全12回分)  
34歳以下の方は5,500円

〒803-0835 福岡県北九州市小倉北区井堀5-1-3  
電話(093)651-4600 FAX(093)651-4610  
ホームページ <https://kitakyushu-palace.com/>  
開館日時:火~日曜日9~21時 休館日:月曜日、年末年始



福岡県立北九州勤労青少年文化センター  
北九州パレス  
KITAKYUSHU PALACE