

# 英語でヨガ体験！



英語ヨガを体験してみませんか？  
ヨガ初心者でもできる簡単なポーズを、やさしい英語を使って教えてくださいますよ！  
いつもとは一味違ったヨガで身体も脳もリフレッシュしましょう。男性の方の参加、大歓迎です！

インストラクター

ジャンン(トルコ出身) 日光市国際交流協会会員

にち じ 日 時 <sup>れ い わ ね ん が つ に ち ど</sup>  
令和3年8月28日(土)

<sup>じ う け っ け</sup>  
10:30～11:30 (10時受付)

か い じ ょ う 会 場 <sup>ち ゅ う お う こ う み ん か ん ち ゅ う ほ ー る</sup>  
中央公民館 中ホール

<sup>じ ゅ う し ょ に っ こ う し ひ ら が さ き で ん わ ば ん ご う</sup>  
(住所：日光市平ヶ崎160 電話番号：22-6211)

て い い ん 定 員 <sup>め い て い ど</sup>  
15名程度

も も の 持 ち 物 <sup>し た し よ が ま っ と ば す た お る の も の</sup>  
下に敷けるもの(ヨガマット、バスタオルなど)、飲み物

さん か ひ 参加費 <sup>き ょ う かい かい い ん む り ょ う</sup>  
協会会員：無料

<sup>い っ ぱ ん え ん ざ い じ ゅ う が い こ く じ ん み し ゅ う が く じ む り ょ う</sup>  
一般：500円(在住外国人・未就学児は無料)

もう し こ 申込み <sup>が つ に ち も く</sup>  
8月19日(木)までに事務局まで電話にてお申し込みください。

## ★託児無料★

1歳以上のお子さんをお預かりできます。お申し込みの際、「託児希望」とおっしゃってください。



昨年の「英語でヨガ体験！」の様子

さん か とう し こ とう い あ わ  
参加お申込み・お問合せ



に っ こ う し こ く さ い こ う り ゅ う き ょ う かい じ ゅ う じ ゅ く た ん とう ふ く ち さ い とう  
日光市国際交流協会事務局(担当：福地・齋藤)

に っ こ う し い ま い ち ほ ん ち ょ う ば ん ち か ん こ う か な い  
日光市今市本町1番地(観光課内)

TEL : 0288-21-5196 (平日9時～17時)

URL : <http://www.nikkocity.org>

# English Yoga Class



Are you feeling lots of stress at your work?  
Let's do yoga together! Doing yoga is the best way to de-stress, and you can make friends there too 😊  
Come along and let's have fun together!!  
Everyone is welcome!

Instructor  
Canan (Turkey), NCIA member

Date & Time

August 28<sup>th</sup> (Sat), 2021

10:30am~11:30am (Opens at 10am)

Venue

Chuo-Kominkan, Chu-Hall

(Address: 160 Hiragasaki, Nikko City 321-1262)  
TEL: 0288-22-6211

Things to bring

Yoga mat or bath towel, Drinks

No. of Participants

Maximum 15 people

Fee

Free of charge

How to Register

Please contact the NCIA office below

by August 19<sup>th</sup>. \*Free day-care is provided 😊



Last English Yoga Class

## Registration and Inquiries

Nikko City International Association Office

Address : 1 Imaichi-honcho, Nikko City  
(Tourism Division, Nikko City Hall)

TEL : 0288-21-5196

(Closed on weekends and holidays)

For English speaker ask for Fukuchi or Saito

URL: <http://www.nikkocity.org>

