

第2期 ヨガ教室

受講者募集

福祉体育館でヨガを習いませんか？

姿勢改善

シェイプアップ

肩こい腰痛改善

体力アップやストレス解消にも



- | | |
|--------|--|
| 【対象】 | 一般（学生を除く18歳以上） |
| 【開催期間】 | 8月～12月 |
| 【ところ】 | 福祉体育館会議室または柔道場 |
| 【受講料】 | ①ステップアップヨガ・50歳からのステップアップヨガ
4,200円（全12回）
②ヨガ・50歳からのヨガ
4,900円（全14回） |

申込について

- 申込期間 7月1日(月)～7月15日(月・祝) 必着
- 申込方法 【インターネット】
 福祉体育館HPの教室・講座ページ内のバナーからお申込下さい。
 【往復はがき】
 開催一覧及び記入例を参照のうえ、ご郵送下さい。
 1教室につき1人1枚、何教室でも応募可。
- 受講決定 7月19日(金)以降にメールまたは返信はがきでお知らせします。
 ※応募者が定員を超えた場合は、市内在住・在勤・在学の方を優先のうえ、
 抽選となります。
- 支払期間 7月20日(土)～7月31日(水) 9時～20時までに福祉体育館へ
 納付下さい。
- 注意事項 ①一度納められた受講料は返還できませんのでご了承下さい。
 ②定員の半分に満たない教室は中止します。
 ③子ども連れでの受講はできません。

往信(表)

返信(裏)

返信(表)

往信(裏)

62	470-1123 豊明市西川町笹原二六〇一 豊明市福祉体育館 「ヨガ教室」係 行	※返信欄ですので 記入しないでください。	62	□□□-□□□□ 申込者住所 (建物名・号室まで) 申込者氏名	<ul style="list-style-type: none"> ・勤務先、学校名(市外の方のみ) ・電話番号 ・住所 ・郵便番号 ・年齢 ・氏名(ふりがな) ・教室名
----	--	-------------------------	----	--	---

開催一覧

	教室名	会場	開催日	曜日	時間	回数	定員
1	ステップアップヨガ	会議室	8/6, 20, 27 9/3, 10	火	9:30～10:30	12	15
2	50歳からの ステップアップヨガ		10/1, 8, 29, 11/12, 19, 26, 12/3		11:00～12:00		
3	ヨガ	柔道場	8/28 9/4, 11, 18, 25	水	13:00～14:00	14	25
4	50歳からのヨガ		10/2, 9, 16, 23, 30 11/6, 13, 20, 27		14:15～15:15		