

令和2年度  
第3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（高校生を除く18歳以上）

【開催期間】 令和2年12月～令和3年3月

【ところ】 福祉体育館会議室または柔道場

【受講料】 ①巡りヨガ（初級、中級） ・ ナイトヨガ

- 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 11月1日(日)～11月10日(火) 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み下さい。

【往復はがき】

下記①～⑦をご記入のうえ、ご郵送下さい。

①教室番号、教室名 ②氏名(ふりがな) ③年齢

④郵便番号 ⑤住所 ⑥電話番号 ⑦勤務先、学校(市外の方のみ)

1教室につき1人1枚、何教室でも応募可。

宛先：〒470-1123 豊明市西川町笹原26-1

豊明市福祉体育館内「スポーツ教室」係

受講決定 11月15日(日)以降にメールまたは返信はがきでお知らせします。

※応募者多数の場合は抽選を行います。

支払期間 11月15日(日)～11月25日(水) 9時～20時までに

福祉体育館へ納付下さい。期間中に手続きのない場合は当選無効と

なります。追加募集にてお申込み下さい。

追加募集 定員に満たない教室は追加募集をします。

11月26日(木)に館内掲示、福祉体育館 HP にて空き状況を開示します。

11月27日(金)午前9時より窓口にて先着順に受付します。※電話不可

抽選に落選した方を含め、すべての方が対象です。

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お子様連れでの受講はできません。

## 開催一覧 ※開催日の□は予備日

	教室名	会場	開催日	曜日	時間	回数	定員
1	巡りヨガ(初級)	会議室	12/8, 15, 22 1/19, 26	火	9:40～10:40	12	15
2	巡りヨガ(中級)		2/2, 9, 16 3/2, 9, 16, 23		11:00～12:00		
3	ヨガ	柔道場	12/9, 16, 23 1/13, 20, 27	水	13:00～14:00	14	25
4	50歳からのヨガ		2/3, 10, 17, 24 3/3, 10, 17, 24, [31]		14:15～15:15		
5	ナイトヨガ	会議室	12/10, 17, 24 1/14, 21, 28 2/4, 18, 25 3/4, 11, 18	木	19:00～20:00	12	15