

令和3年度
第1期

ヨガ教室

受講者募集

福祉体育館でヨガを
習ってみませんか？

姿勢改善

シェイプアップ

肩こり腰痛改善



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】 | 令和3年 4月～8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）・ナイトヨガ水曜・ナイトヨガ木曜
- <u>4,200円（全12回）</u>
②ヨガ・50歳からのヨガ
- <u>4,900円（全14回）</u> |

申込について

申込期間 3月1日(月)～3月10日(水) 必着 ※月曜日は休館です

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
【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、複数の教室でも応募可。

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 3月16日(火)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 3月16日(火)～3月25日(木) 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。
3月26日(金)に館内掲示、福祉体育館HPにて空き状況を開示します。
3月27日(土)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子ども連れでの受講はできません。

開催一覧

※開催日の[]は予備日です

	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	4/13,20,27, 5/11,18,25 6/1,8,15,22,29, 7/6	火	9:40～10:40	12	15
2	巡りヨガ(中級)				11:00～12:00		
3	ヨガ	柔道場	4/14,21,28, 5/12,19,26 6/2,9,16,23,30 7/7,14,28, [予備日 8/4]	水	13:00～14:00	14	25
4	50歳からのヨガ				14:15～15:15		
5	ナイトヨガ水曜 NEW	会議室	4/14,21,28, 5/12,19,26 6/2,9,23,30, 7/7,14	水	19:00～20:00	12	15
6	ナイトヨガ木曜	会議室	4/8,15,22, 5/13,20,27 6/3,10,17,24, 7/1,8	木	19:00～20:00	12	15