

# バレトン教室

『バレエ×ヨガ×フィットネス』の動きを組み合わせた  
ボディメイクエクササイズです。

- ◆ 日時： 7月 7日、21日  
8月 4日、18日、25日  
9月 1日、8日、15日、22日、29日  
(毎週木曜日/全10回)

10時15分～11時15分

- ◆ 会場：恵庭市総合体育館/研修室(2階)
- ◆ 対象：16歳以上の市民
- ◆ 定員：20名(最少催行人数10名)
- ◆ 参加料：5,000円(保険料込み)
- ◆ 持ち物：運動のできる服装、上靴、タオル、マスク  
「ヨガマット」「ストレッチポール」
- ◆ 講師：バレトンインストラクター 菊池 日奈子 先生

## ◆ 受付期間・申し込み方法 ◆

6月6日(月)～12日(日)

- ※恵庭市体育協会ホームページ内、特設申込フォーム
- ※応募多数の場合は自動抽選
- ※抽選結果および開催の有無につきましては6月15日(水)  
13時以降にホームページにて発表
- ※最少催行人数に達しない場合、教室の開催は中止となります。

## ◆ お支払い手続き期間 ◆◆

6月21日(火)～27日(月)(9時～19時)

- ※期間内にお支払い手続きがない場合、「キャンセル扱い」といたします。



## 【注意事項】

- ・キャンセルによる受講料の返金はいたしかねます。
- ・健康管理に十分注意し、当日体調が悪い方は、参加をご遠慮ください。
- ・参加者全員を対象に傷害保険適用範囲内で対応いたします。
- ・個人情報につきましては、当該教室以外に使用することはございません。
- ・開催中、ホームページ等に掲載するためのレッスン風景を撮影させていただく事をご了承ください
- ・新型コロナウイルス感染拡大の状況によって延期や中止も予めご了承ください。

## 【お問合せ】

NPO 法人恵庭市体育協会  
電話：21-9900

(平日9時～17時)

QRコードはこちら

