

|  |  |
| --- | --- |
| **初めての方や、からだのかたい方でも無理の** **ないよう、ヨガの呼吸法や基本的なポーズを** **行ないます!!****🔷 日　時**　　 **７月　５日，２６日****８月　２日，９日，２３日，３０日****９月　６日，１３日，２７日**（火曜日全9回）**19:15～20:30****🔷 会　場　　恵庭市総合体育館　研修室****🔷 対　象　　16歳以上の市民****🔷 定　員　　２0名（最少催行人数10名）****🔷 参加料　　４,５００円（保険料含む）****🔷 講　師　　ヨガインストラクター****渡部 智華 先生****武田 真弓 先生****◆◇◆　受付期間・申込方法　◆◇◆****６月６日（月）～１２日（日）****＊恵庭市体育協会ホームページ内、特設申込みフォームにより****お申込みください。****＊応募者多数の場合は、自動抽選で参加者を決定させていただ****きます。****＊抽選結果、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でお知らせいたします。****＊最少催行人数に達しない場合は、中止させていただきます。****＊新型コロナウイルスの感染防止対策等により、事業の一部、****またはすべてを中止させていただく場合があります。その場****合、開催回数に応じて参加料を返金致します。** | **【持ち物】**運動のしやすい服装、飲み物、タオル、マスク**【参加料お支払い手続期間】****６月２1日（火）～２7日（月）****（9時～19時）**＊期間内に手続きがない場合、「キャ　ンセル扱い」とします。**【注意事項】****１，手続き後のキャンセルによる****参加料の返金は致しません。****２，健康管理に十分注意し、当日体****調が悪い場合は参加をご遠慮****ください。****３，けがをした場合、傷害保険適用****範囲内で対応いたします。****４，個人情報については、当該教室****以外に使用することはありま****せん。****5，ホームページ等に掲載するた****め、教室の写真撮影をします****ので予めご了承ください。****【問合せ先】****NPO法人恵庭市体育協会****℡：21-9900****（平日9時～17時）****QRコード** |