リラックス＆エナジーヨガ教室

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　　4月　4日，11日，18日，25日
5月　9日，16日，23日
6月　6日，13日
7月　4日，11日
8月　1日，8日，22日，29日
9月　5日，12日，26日
（火曜日全18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　　9,000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　◆◇◆

３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、３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】
３月20日（月）～26日（日）
（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
TEL：21-9900
（平日９時～17時）

QRコード →