

夜ヨガ

身体が硬い人や、筋力に自信がない人でも大丈夫です
精神的なリラクゼーションと柔軟性のある身体作りをしていきます

水曜日クラス

日程：10/2～12/4 (水曜日)

時間：18:15～19:15

受講料：6,600円 (全10回)



木曜日クラス

日程：10/3～12/12 (木曜日)

時間：18:30～19:30

受講料：6,600円 (全10回)

金曜日クラス

日程：10/4～12/13 (金曜日)

時間：19:30～20:30

受講料：6,600円 (全10回)

持ち物

運動のできる服装

タオル

飲み物

ヨガマット (お持ちの方)

詳細は裏面をご覧ください

教室詳細

開催日程						
水曜日	定員	15名		受講料	6,600円	10回
木曜日		15名			6,600円	10回
金曜日		50名			6,600円	10回
日程	水曜日	10月2日	10月9日	10月16日	10月23日	10月30日
	18:15~19:15	11月6日	11月13日	11月20日	11月27日	12月4日
	木曜日	10月3日	10月10日	10月17日	10月24日	10月31日
	18:30~19:30	11月7日	11月14日	11月21日	12月5日	12月12日
	金曜日	10月4日	10月18日	10月25日	11月1日	11月8日
	19:30~20:30	11月15日	11月22日	11月29日	12月6日	12月13日

持ち物	運動できる服装、タオル、飲み物、ヨガマット（お持ちの方）
-----	------------------------------

募集期間	8/16(金)~9/15(日)	抽選発表日	9/16(月)
------	-----------------	-------	---------

↓↓ 申し込み方法 ↓↓			
◎申込期間内に電話又は、窓口にて直接お申込みください。		Tel 0563 - 59 - 1100	
◎受付に伴い下記のことをお聞きしますので、お答えください。			
①お名前（フルネーム）	②年齢・学年など	③性別	④希望する教室名

その他
<ul style="list-style-type: none"> ・申込時に記入して頂いた個人情報は、教室運営以外には使用致しません。 ・家族間、友人間などでの譲渡は禁止とさせていただきます。（教室の参加は申込者本人のみとさせていただきます。） ・お客様都合によるお支払い後の返金は、お受けいたしておりません。 ・定員を超える申込があった場合は抽選とし、申込締切日の翌日正午に抽選を行います。 ・募集期間中に最少人数に達しなかった教室は、開催しないことがあります。 ・定員に達しなかった教室は途中参加も可能です。（事務所までお問い合わせください。） ・会場（部屋）、講師、日程などは都合により変更する場合がございます。

主催 西尾勤労会館（指定管理者 シンコースポーツ中部株式会社） 〒444-0305 西尾市平坂町山崎9-1 Tel (0563)59-1100 URL https://www.nishio-kinrou.com/index.html	 NISHIOKINROU1100
---	---