

# 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"><li>・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。</li><li>・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。)</li><li>・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。</li><li>・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。</li><li>・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。</li><li>・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。)</li><li>・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。</li></ul>

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 <a href="https://www.nishio-kinrou.com/index.html">https://www.nishio-kinrou.com/index.html</a>	 NISHIOKINROU1100
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------