

西尾勤労会館 2025年度 冬期講座

NEW

リラクゼーション ヨガ



◆ ◆ ◆ 心と身体をリラックスさせることが目的のヨガです ◆ ◆ ◆
体幹を鍛えるためのハードな動きとは異なり、身体をゆっくり動かしてストレス解消させ、気分的に解放感をもたらします

日程 1 / 7 ~ 2 / 1 8 (水曜日)
時間 1 3 : 3 0 ~ 1 4 : 3 0
受講料 3 , 9 6 0 円 (全 6 回)
対象 6 0 歳 以 上

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)



教室詳細

開催日程

水曜日			全6回		時間	13:30~14:30
1月	7日	14日	21日	28日	定員	15名
2月	4日	18日			受講料	3,960円
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）				

募集期間	11/16（日）~12/16（火）	抽選発表日	12/18（木）
------	-------------------	-------	----------

↓↓ 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	③性別	④住所・電話番号
-------------	--------	-----	----------

その他

- ・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。
（事務局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