

第1期 午前ヨガ

カラダが硬くても大丈夫！
シンプルヨーガで心とカラダを
整えていきます。

1) 日程 : 木曜日 全10回 11:00~12:30

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	予備日
5/9	5/16	5/23	6/6	6/13	6/20	6/27	7/4	7/11	7/18	7/25

※ヨガマットをお持ちの方は持参下さい。ヨガマットをお持ちでない方には、無料で貸し出し致します。

2) 場所 : タピック県総ひやごんスタジアム 記者室

3) 受講料 : 5,000円 (保険料込み)

4) 定員 : 成人20名 (先着)

5) 講師 : 呉屋 五月 氏 (ヨガインストラクター)

◎受講手続き

募集期間 : 4/20 (土) ~ 5/6 (月) 9:00 ~ 20:00

下記番号へお電話いただき、申込予約を行います。その後、総合案内センターにて所定の申込用紙に記入の上、受講料を添えて申し込み完了となります。

※電話予約後、募集期間内に申込用紙記入と受講料支払いがない場合はキャンセル扱いとなります。

※火曜日休園 (火曜日が祝祭日の場合は、翌平日休園)

◎受講者の方へ (留意事項)

- 1) 受講に際して持病、あるいは通院されている方は、事前に医師の診断を受けて下さい。
- 2) 受講中の事故・ケガについては、速やかに講師または総合案内センターまでご連絡ください。
- 3) 運動のできる服装でご参加ください。
- 4) 申込人数が定員よりも大幅に少ない場合は、やむを得ず中止となる場合があります。
- 5) 一旦お支払いされた受講料は、講座が不成立の場合以外は払い戻しできません。
- 6) 教室風景の撮影を行い、広報活動等に使用する場合があります。

～お問合せ～

沖縄県総合運動公園 総合案内センター

住所 : 沖縄市比屋根 5-3-1

TEL : 098-932-5114 (9:00 ~ 20:00)

※火曜日休園

