

# 令和元年度 朝ヨーが教室

## <日程>

9/8 9/22 10/13 10/27

11/10 11/24 12/8 12/22

第2. 第4日曜日 6~7時

## <場所>

沖縄県総合運動公園 多目的広場

## <受講料>

1,500円(保険料込み)/1回**※要予約**

<定員数> 10名程度

<持ち物> ヨガマット

**※シーズン別で時間変動あり**



## <受講手続き>

- ・ 直接、講師へ電話をして予約
- ・ 当日お支払い
- ・ 親子参加時、こどもは無料で参加可能  
(車椅子の方も参加可能)
- ・ 雨天時は中止



受講者の方へ (留意事項)

- 1) 駐車場は基本的に6時から開門
- 2) 運動のできる服装 (運動着)
- 3) 現在、持病あるいは通院されている方、  
事前に医師の診断を受けて、自己の責任において健康管理をお願いします。
- 4) 受講中の事故・怪我については速やかに、  
講師または管理事務所までご連絡下さい。

**※教室風景の写真撮影を行い、広報活動に使用する場合があります。**

講師 タユフェール 美弥 (ヨーガセラピスト)

電話 090-9696-8660 メール miya.sema@gmail.com

HP <http://www.mi-yayoga.sakura.ne.jp>

