

令和2年度 朝ヨ - ガ教室

<日程>

~~4/12~~ ~~4/26~~ 5/10 5/24 6/14 6/28
7/12 7/26 8/9 8/23 9/13 9/27

第2. 第4日曜日 6:30~7:30

※シーズン別で時間変動のため講師へ要確認

<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

<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ことがあります。



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>

