

# 第3期 夜間ヨガ教室

## 1.教室内容

### ●内容

体の歪み偏りを修正し、呼吸法などを学びながら心身ともにリラックスすることで姿勢を正し、ケガの予防や美容に役立てる。

●日程 木曜日 計5回 19時～21時 予備日8/25

①7/7 ②7/14 ③7/21 ④7/28 ⑤8/18

※ヨガマットをご持参ください。

※ヨガマットをお持ちでない方は無料で貸出いたします。但し数に限りがございます。

●場所 沖縄県総合運動公園 サブアリーナ

●受講料 ¥3,000 (保険料込み)

●定員 成人 30名【先着順】

●講師 田幸 あゆ美 先生



## 2.受講手続き

募集期間 6/11(土)～6/25(土) 9:00～17:00

下記の番号へお電話いただき、申込予約を行います。

募集期間内に、所定の申込用紙に記入と受講料のお支払いをお願いします。

※キャンセルする際は、募集期間内にご連絡ください。募集期間を過ぎた場合はキャンセル料が発生する場合がありますので、予めご了承ください。

## 3.受講者の方へ(留意事項)

●受講に際して現在持病、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自己の責任において健康管理をお願いいたします。

●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。

●運動のできる服装で、受講をお願いいたします。(運動着)

●新型コロナウイルス感染防止の為、内容が変更・中止になる場合がございます。

注意事項にご理解、ご協力の上ご参加ください。

※上記以外での受講料の返金は致しかねます。ご了承ください。

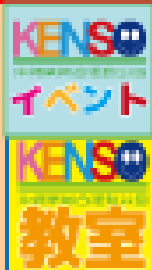
※教室風景の写真撮影を行います。

※予備日を設けていますが、規定回数消化できない場合も教室は終了となります。

未消化分の返金は致しかねますので予めご了承ください。



沖縄県総合運動公園 管理事務所 ☎098-932-5114 【9時～17時 火曜休園】



# KENSOU イベント・教室

## 参加の方への注意事項

下記内容をご確認になって同意になった上で  
ご参加いただきますようお願いいたします。

- ・写真・動画撮影を行います。報告書やSNS等に掲載することもございます。掲載NGの方は参加をご遠慮ください。
- ・参加者はマスク着用でご来場ください。
- ・熱のある方、体調の優れない方は参加をご遠慮下さい。
- ・参加前、途中のアルコール消毒を準備してます。定期的な消毒をお願いします。
- ・密を避けるため、間隔をあけてご参加ください。
- ・コロナの感染状況や悪天候等で開催場所・内容の変更・または中止となる場合がございます。
- ・募集人員に達しない場合、中止となる場合がございます。
- ・キャンセルする場合は募集期間内をお願いします。

お客様のご理解・ご協力をお願いいたします。

お問い合わせ・申込先

沖縄県総合運動公園 9:00~17:00 火曜日休園日

TEL : 098-932-5114