

# 第2期 リフレッジュ ヨガ

●日程 令和6年 毎週水曜日 計8回 10:00~11:30

①8/21    ②8/28    ③9/4    ④9/11  
⑤9/18    ⑥9/25    ⑦10/2    ⑧10/9

予備日:10/16

●場所 蹴球場【第一会議室】

●受講料 5,000円(保険料込み)

●定員 成人10名

●講師 **HIROMI 氏**

- ・日本統合医療メディカルヨガインストラクター
- ・日本統合医療メディカルアロマイニストラクター
- ・ビューティーヨガインストラクター

●持ち物

ヨガマット(無料でレンタルも行っています)

ヨガブロック(お持ちの方は軽減法に使用しますのでご準備下さい)



●受付期間 **7/6(土)~7/20(土) 9:00~17:00**

下記番号へお電話いただき、申し込み予約を行います。

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、募集期間内までにご連絡下さい。

(募集期間を過ぎた後でのキャンセルは、返金不可となります。)

★受講者の方へ(留意事項)

- 1) 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ご参加ください。
- 2) 受講中の事故や怪我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) 申込者が少数の場合、開講を取りやめる場合がありますので 予めご了承ください。
- 4) 受講中、撮影を行います。広報活動等に使用しますので 掲載NGの方は参加をご遠慮下さい。

～問い合わせ～

沖縄県総合運動公園総合案内センター+

098-932-5114 (9時~17時) 火曜休園日