

ワンダーレックスン

青空 ヨガ

これからヨガを始める人にも
おすすめのやさしい内容です！

Sunday

Monday

日曜 開催

～講師～

金子 絵美

10/11.25

11/1.8.15.22.29

12/6

月曜 開催

～講師～

椿 由香

10/19.26

11/16.30



時間

10:30～11:30 (受付 10:00～)



詳細

料金：610円(1回)

対象：16歳以上

定員：20名

場所：調整池

持物：動きやすい服装、飲物、タオル、
帽子等日焼け対策グッズ等



注意

雨天中止（ホームページでお知らせします）

- ・健康状態に不安のある方は、あらかじめ医師の診断を受けてからご参加ください。
- ・特に呼吸器・循環器系に疾患のある方、妊娠されている方は、スポーツセンターまでお問合せください。
- ・安全管理と事故防止のため、参加者以外の方の入場はできません。
- ・教室開始時刻を10分経過してからの参加は、ケガ防止のためご遠慮ください。
- ・当日受付スポーツ教室は、スポーツ傷害保険に加入しております。
- ・受講中に怪我や気分が悪くなった場合は、すぐに指導者に申し出てください。
- ・電話での申込、事前予約はできません。
- ・定員を超えた場合はご参加いただけませんのでご了承ください。
- ・受付は1名ずつ行います。複数人数分はお受けできません。
- ・天候や自然災害等により開催の中止や変更が発生する場合があります。