

第4回 ヨガ（夜）教室

公益財団法人 呉市体育振興財団

1. 対 象 18歳以上の男女 35名（新規受講者優先）

2. 日 程 月曜日 19:00～20:30 全10回

1月	18日	25日	☆	☆	☆
2月	1日	8日	15日	22日	☆
3月	1日	8日	15日	22日	29日 (予備日)

3. 場 所 IHIアリーナ呉（呉市体育館）サブコート

4. 参加費 4,000円

5. 講 師 井手畑 裕紀

6. 申 込 12月2日(水)～12月11日(金)17時までに直接又は電話でIHIアリーナ呉へ。
※定員を超えた場合は抽選。(抽選日:9月11日 17時～)

7. 支 払 12月13日(日)～12月22日(火)の20時まで。

8. その他
- (1) 運動のできる服装とヨガマットもしくはバスタオルを用意してください。
 - (2) サブコートに10分前までに集合してください。
 - (3) 参加者はスポーツ傷害保険に加入します。
 - (4) 参加者が10名以下の場合には中止することがあります。

【お問合せ】 IHIアリーナ呉（呉市体育館）

〒737-0051 呉市中央4-1-1

☎ 0823-25-3475