

# 令和3年度 第2回 ヨガ・ボディワークをとりいれた 「頭と身体と心の癒し」教室

9/9改定

(公財)呉市体育振興財団

1. 目的 ヨガなどボディワークを通じて、自然の理にそった心と身体の健康づくりくを  
実践・習得し、QOL(生活の質)を高めていく。
2. 対象・定員 18歳以上 40名
3. 実施日時 金曜日 19:30~20:45(10回)  
(※9月17日、9月24日は、18:30~20:00)

8月	<del>20日</del> 中止	<del>27日</del> 中止			
9月	<del>3日</del> 中止	<del>10日</del> 中止	17日 18:30~20:0	24日 18:30~20:0	
10月	1日	8日	15日	22日	追加 29日

予備日:なし

## 返金について (3回分 1,200円返金)

※ 返金につきましては、10月1日(金)より返金を開始いたします。

認印(シャチハタ不可)をご持参いただき、事務所までお越しください。

4. 場所 呉市総合体育館シシヨーオークアリーナ(武道場)
5. 参加費 4,000円
6. 指導者 高尾 文子 指導員
7. 申込 (1)5月26日(水)~6月4日(金)17:00までにシシヨーオークアリーナへ。  
(2)申込みが定員を超えた時は、抽選とします。  
(3)支払期間は、6月9日(水)~6月18日(金)までをお願いします。  
(4)支払期間中手続きのない場合は、キャンセルとなります。
8. その他 (1)運動のできる服装とタオルを用意して下さい。  
(2)開始2時間前から食事をとらないこと。  
(3)他の参加者の迷惑となることは、十分配慮して下さい。  
(4)参加者はスポーツ傷害保険に加入しています。  
(5)納入した参加料は払い戻しはいたしません。  
(6)申込みが少人数の場合には、教室を中止することがあります。

問合せ先:(公財)呉市体育振興財団 (シシヨーオークアリーナ)  
〒737-0141 呉市広大新開1-7-1  
TEL(0823)74-0909