健康いちのせき21マイレージ

ポイント対象事業です。

**イブニングヨガ教室（千厩）開催要項**

１　趣　　旨　　誰もが生涯のそれぞれの段階において、生きがいや健康づくりなどのために気軽

にスポーツを楽しむことができる生涯スポーツの推進を図る。

２　主　　催　　一関市　　一般社団法人一関市体育協会

３　日　　程　　5月14日、21日、6月4日、11日、18日　※5月28日を除く

　　　　　　　　毎週水曜日　全５回

４　時　　間　　１９：００～２０：３０

５　会　　場　　千厩体育館

６　講　　師　　千葉　瑠美子　先生

　（全米ヨガアライアンス認定指導者ＲＹＴ２００　５００）

（インド政府公認シヴァナンダヨガ上級指導者）

（ヨガニードラセラピスト）

７　対　　象　　市内又は平泉町に居住または勤務する方

８　定　　員　　２０名

９　参加料　　５００円

　　　　　　　　　※参加料納入後のキャンセルについては返金できません。

１０　申し込み　　下記申込み先に直接来館するか、電話、FAXにより申込みを行い、教室初日までに参加料を納入してください。

１１　申込み先　　千厩体育館　　　　ＴＥＬ５２－２３６９　 ＦＡＸ５２－２０９０

　　　　　　　　　一関市総合体育館　ＴＥＬ３１－３１１１　 ＦＡＸ２３－２１０８

Googleフォーム

１２　その他　　運動着（ゆったりした服）、タオル、着替え、飲料水等は各自で用意してください。

　　　　　　　　　参加者全員に、全国市長会市民総合賠償補償保険を適用します。