


健康いちのせき21マイルージ
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スポーツ協会
- 3 日 程 5月13日、20日、27日、6月3日、10日
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)
(日本ヨーガ瞑想協会認定登録講師)
- 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。