

## 2020年度 白鳥王子スポーツクラブ「リフレッシュヨガ」 開催要項

- 主 催>公益財団法人苫小牧市スポーツ協会  
後 援>苫小牧市
- 会 場>白鳥王子アイスアリーナ 会議室
- 日 時>2020年5月11日・18日・25日・6月1日・8日・15日・22日・29日  
7月6日・13日・20日・8月3日・17日・24日・31日 計15回
- 申 込 期 間>2020年4月15日(水)～30日(木)
- 指 導 者>ヨガインストラクター 石川 博昭さん
- 内 容>ヨガを通し、体の歪みを整え、ストレスの解消、集中力アップなど健康増進を目的とする  
対象：小学生以上(中学生以下のお子さんは保護者の方と一緒にご参加お願いいたします)  
定員：20名  
曜日：毎週月曜日(原則月曜日ですが、大会等で日程を変更する場合があります)  
時間：19:30～20:30
- 参 加 料>1回600円(都度払い)
- 必 須 準 備 物>ヨガマット(お持ちの方)、動きやすい服装(ジーパン以外)、タオル、飲み物  
※ヨガマットない方貸し出しいたします。

注 意 事 項>お申込み人数が12名以下の場合実施できない場合もございます。

### スクール申込方法

#### 《申込手順》

- ・下記の必要事項を記入の上、メールでお申込みください。[kyo-situ@tspo.jp](mailto:kyo-situ@tspo.jp)
- ・件名には、スクール名を記載してください。例：「リフレッシュヨガ申込」
- ・申込受付完了通知は、お申込みいただいたメールアドレスに3日程度で返信いたします。  
通知が届かない方は、恐れ入りますがスポーツ協会までお問合せください。  
※携帯電話でメールの受信拒否されている場合、ドメイン指定するか一時的に解除してください。  
返信メールが届かない場合があります。
- ・1件のメールで1名のお申込みとさせていただきます。
- ・申込締切日後、参加決定通知を送付します。  
※発送までに1週間ほどかかる場合があります。

#### 《必要事項》

- 1.氏名(フリガナ)
- 2.性別
- 3.年齢
- 4.郵便番号
- 5.住所
- 6.電話番号
- 7.貸ヨガマット(希望する・希望しない)
- 8.ヨガ経験(あり・なし)

#### 《問い合わせ先》

公益財団法人苫小牧市スポーツ協会内  
苫小牧市若草町2丁目4番1号 白鳥王子アイスアリーナ内  
TEL 0144-37-7100 FAX 0144-37-7103  
E-mail [kyo-situ@tspo.jp](mailto:kyo-situ@tspo.jp)



↑

QRコードを読み取るとメールアドレスが自動的に入力されます