

# 平成30年度 秋 期 開 催 案 内

## ヘルシーヨーガ・ビューティーヨーガ・ナイトヨーガ教室

健康維持のために、心と身体を整える「ヘルシーヨーガ」の他、今年度より新たに、ストレッチポールやボールを使い、美しく、しなやかな身体を創りあげていく「ビューティーヨーガ」を開設します。ヨーガの経験のない方でもどなたでも気軽に参加できます。

1. 主 催 公益財団法人 神奈川県体育協会

2. 開催日程 【各12回】

◇ヘルシーヨーガ ◇ビューティーヨーガ	金曜日 【各12回】	9月 10月 11月 12月	14日、21日 5日、12日、19日、26日 2日、9日、16日、30日 7日、14日
◇ナイトヨーガ	木曜日 【12回】	9月 10月 11月	13日、20日、27日 4日、11日、18日、25日 1日、8日、15日、22日、29日

3. 時 間 ◇ヘルシーヨーガ 9:30~10:30 (60分)

◇ビューティーヨーガ 10:45~11:45 (60分)

◇ナイトヨーガ 19:30~20:30 (60分)

4. 会 場 県立スポーツ会館 多目的室

住所：横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1

交通：横浜駅からバス停「三ツ沢総合グランド入口」下車 徒歩2分

5. 参 加 料 各コース 12,000円 (傷害保険料含む)

6. 対 象 初心者から経験者まで、どなたでも参加できます。

※ナイトヨーガは中学生以上の方を対象とします。

7. 募 集 定 員 ヘルシーヨーガ、ナイトヨーガ 各25名

ビューティーヨーガ 20名

8. 指 導 者 インド中央政府公認ヨーガインストラクター

9. 指 導 内 容 ひとつひとつのポーズを大切に指導し、身体と心を整えます。

10. 申 込 方 法 県体育協会のホームページ又はハガキ、FAX、E-mailのいずれかに「ヘルシーヨーガ・ビューティーヨーガ・ナイトヨーガ、氏名(ふりがな)、年齢、性別、〒、住所、電話番号」等を明記し、申込締切日までにお申し込みください。

※個人情報の取り扱いについては、当教室でのみ使用させていただきます。

11. 申 込 締 切 日 **平成30年 8月17日(金)**

12. そ の 他 ※お子様連れでのご参加はご遠慮ください。

※健康状態に不安のある方は、あらかじめ医師の許可を得てからご参加ください。

<申込み・問合せ先> 〒221-0855 横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1 県立スポーツ会館内

(公財)神奈川県体育協会 スポーツ振興課 スポーツ教室 係

電話 045-311-0653(代) Fax 045-311-0637

E-mail kyoushitsu.kanagawaken@japan-sports.or.jp

URL <http://www.sports-kanagawa.com>



その他のスポーツ教室の情報は、本会ホームページからご覧いただけます。

## お申込み方法

ヨガ教室に参加をご希望の方は、県体育協会のホームページからお申し込みいただくか、又は申込書、ハガキ、FAX、E-mailのいずれかに、「(ヘルシーヨガ・ビューティーヨガ・ナイトヨガ)、氏名(ふりがな)、年齢、性別、〒、住所、電話番号」等を明記し、下記までお申し込みください。善処

申込締切日以降に、ご本人様宛に参加決定通知及び参加料のお振り込みのご案内を郵送いたします。

申込締切日 平成30年 8月17日(金)

※個人情報の取り扱いについては、当教室でのみの使用といたします。

※参加ご希望の方が10名に満たないときは、中止となる場合があります。

また、参加ご希望の方が定員を超えたときは、抽選とさせていただきます。

なお、申込締切日を過ぎても定員に空きがあるときは、追加受付をする場合がありますので、下記までお問い合わせください。

※健康状態に不安のある方は、あらかじめ医師の許可を得てからご参加ください。

<申込み・問合せ先> 〒221-0855

横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1 県立スポーツ会館内

(公財)神奈川県体育協会 スポーツ振興課 スポーツ教室 係

電話 045(311)0653(代) FAX 045(311)0637

E-mail kyoushitsu.kanagawaken@japan-sports.or.jp

URL <http://www.sports-kanagawa.com>

キリトリ線

キリトリ線

## 秋期スポーツ教室の申込書

平成30年 月 日

ご希望の教室名 ヘルシーヨガ教室(金曜日) ビューティーヨガ教室(金曜日) ナイトヨガ教室(木曜日)	県体育協会主催スポーツ教室 新規 ・ 継続	
ふりがな 氏 名	男 ・ 女	年齢 歳
〒 住 所		
電話番号	FAX	