

2021年度 第3期 名古屋市体育館

ヨガ教室

ヨガで心も身体もリラックスさせませんか？

体が硬い方や筋肉に自信がない方も大丈夫です。ヨガは精神的なリラクゼーションと、柔軟性のある身体づくりが基となっています。自分のペースで無理なく行うことが大切です。

ダイエット
効果

集中力
アップ

心身の
健康

冷え性
改善

ストレス
解消

日 時 1月7日～3月18日まで【金曜日】

12時30分～13時30分【全10回】

場 所 名古屋市体育館

講 師 (有)アクアブルーオヴティ

対 象 一般〔中学生を除く〕

定 員 25名

受講料 6,000円

申込期間 10/22(金)～11/26(金)まで

*電話での予約・申込はできません。

持ち物・服装 運動のできる服装、飲み物、タオル
ヨガマット（貸出用あり）など



主催 名古屋市体育館（指定管理者 シンコーススポーツ株式会社）

〒456-0023

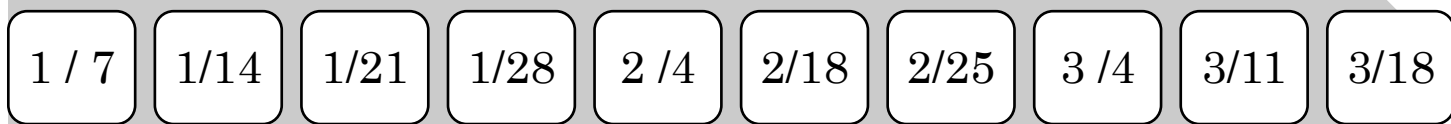
名古屋市熱田区六野2丁目5番3号

Tel (052)872-6655

URL <http://www.nagoyashi-taikukan.jp/>

申込方法につきましては裏面をご覧ください。

教室開催日



申込方法

①ハガキでの申込の場合

往復ハガキに、(1)教室名 (2)参加者氏名 [ふりがな] (3)年齢 (学年)・性別 (4)住所 [郵便番号から] (5)電話番号を明記のうえ、名古屋市体育館 (住所は表面に記載) までにご郵送下さい。

返信面	往信面
<p>参加者氏名 参加者住所</p>	<p>4560023 名古屋市体育館 行 名古屋市熱田区六野 二丁目5番3号 名古屋市体育館 記入欄 この面には何も 記入しないでください</p>

* 返信面と往信面のお間違えのないようお願い致します。

②窓口での申込

官製ハガキをご持参の上、来館ください。

③インターネットからの申込の場合

Yahoo や Google などの検索エンジンから、『名古屋市電子申請サービス』と検索して下さい。申込方法など詳細につきましては当サイトの『利用手引』をご覧ください。

- ・申込時に記入して頂いた個人情報は、教室運営以外には使用致しません。
- ・重複応募した場合、不正とみなし申込を無効とする場合があります。
- ・家族間、友人間などでの譲渡は禁止とさせていただきます。(教室の参加は申込者本人のみとさせていただきます。)
- ・定員を超える申込があった場合は抽選とし、申込締切日の翌日 14:00 より抽選を行います。また抽選結果につきましては、返信用ハガキ又はメールにてお知らせ致します。
- ・定員に達しなかった場合は、開催初日まで申込を行っています。
- ・定員に達しなかった教室は途中参加も可能です。事務所までお問い合わせください。
- ・はがき一枚につき、お一人様のみのお応募と致します。
- ・会場・講師・日程などは都合により変更する場合がございます。

複数教室申込者の割引制度について

定期教室を複数申込された方には割引があります。

2教室申込 1教室を20% OFF

3教室申込 1教室を30% OFF

※各期のみの適用となり、期をまたいでの複数申込は対象外となりますのでご注意ください。

この紙は古紙パルプを使用しています