



朝活ヨーガ

令和5年10月29日(日)

【時間】7:30～8:30

【会場】浜山公園陸上競技場

【雨天時】陸上トレーニング室

【定員】先着30名

【参加料】600円(保険料込)



○ご準備いただくもの

- ★ヨガマット(お持ちでなければバスタオルでもOK)・飲み物・レジャーシート(ヨガマットサイズ程度の大きさ)
- ★運動しやすい服装(気温が低いと思われるため、あたたかい格好をしてお越しください)

○参加上の注意事項等

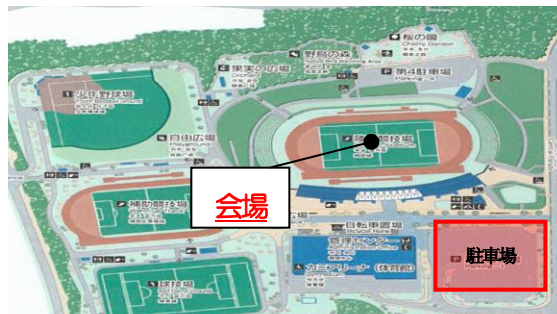
- ★当日はご自宅で検温をしてからご来園ください。体調が優れない場合は、ご参加をお控えください。

☆朝活ヨーガ☆

- ★開催日時: 令和5年10月29日(日) 7:30～8:30 (受付7:10～)
- ★定員: 先着30名 ※但し、定員に達し次第、受付を終了いたしますのでご了承ください。
- ★会場: 浜山公園陸上競技場芝生(雨天時は陸上競技場トレーニング室)
- ★参加者: 高校生以上の男女どなたでも

○申し込み方法・その他

- ★電話・窓口・QRコードからのお申込みとなります。
- ★参加料のお支払は、会場受付にて当日お支払ください。



※原則、申込み後のキャンセルはできません。やむを得ない事情等でキャンセルされる場合はご連絡ください。

※妊娠中の方は、必ずかかりつけ医にご相談いただき、自己責任のもとご参加ください。動作の中には妊娠期に向かない動作も含まれております。

※個人情報については、浜山公園スポーツ教室の諸連絡及び当法人が行うイベント等のお知らせのみに使用し、その他の使用はいたしません

【申し込み・お問合せ先】NPO法人出雲スポーツ振興21(浜山公園グループ)
〒699-0722 出雲市大社町北荒木 1868-10
TEL (0853) 53-4533

