

パワーヨーガ教室

日時 令和5年10月6・13・20・27日 毎週金曜日
18:30~20:00

場所 国際交流スポーツセンター 多目的運動室

講師 坂田 宜美 氏(日本ヨーガ療法学会認定 ヨーガ療法士)

受講料 全4回 1,500円(保険料込)

※受講料は10月6日に徴収します

持ち物 内ばき、汗ふきタオル、ヨガマット

※ヨガマットは貸出も出来ますが、数に限りがあります。

希望の方は申込時にお伝え下さい。

募集 令和5年9月1日(金)~30日(土)

18歳以上(高校生は除く)

先着15名(定員になり次第締切)

申込方法 電話または国際交流スポーツセンター窓口、電子メールで申し込み下さい。申込用紙はホームページからダウンロードまたは国際交流スポーツセンターにあります。

※電子メールで申し込みの方は、氏名(ふりがな)、性別、電話番号、「パワーヨーガ教室参加希望」と入力して送信して下さい。



問い合わせ

国際交流スポーツセンター内
一般財団法人 三沢市スポーツ協会

電話 0176-51-4466

電子メール misawa-spokyo@orion.ocn.ne.jp

ホームページ <https://misawa-spokyo.or.jp>

パワーヨーガ教室

日時 令和5年月6・13・20・27日 毎週金曜日
18:30~20:00

場所 国際交流スポーツセンター 多目的運動室

講師 坂田 宜美 氏(日本ヨーガ療法学会認定 ヨーガ療法士)

受講料 全4回 1,500円(保険料込)

持ち物 内ばき、汗ふきタオル、ヨガマット

※ヨガマットは貸出も出来ますが、数に限りがあります。

希望の方は申込時にお伝え下さい。

募集 令和5年9月1日(金)~30日(土)
18歳以上(高校生は除く)
先着15名(定員にない次第締切)

申込方法 電話または国際交流スポーツセンター窓口、電子メールで申し込み下さい。申込用紙はホームページからダウンロードまたは国際交流スポーツセンターにあります。

※電子メールで申し込みの方は、氏名(ふりがな)、性別、電話番号、「パワーヨーガ教室参加希望」と入力して送信して下さい。



問い合わせ
国際交流スポーツセンター内
一般財団法人 三沢市スポーツ協会
電話 0176-51-4466
電子メール misawa-spokyo@orion.ocn.ne.jp
ホームページ <https://misawa-spokyo.or.jp>

-----きりとり線-----

パワーヨーガ教室 申込用紙

ふりがな 氏名		男・女
電話番号		

締切9月30日(土)

パワーヨーガ教室領収書

様

1,500円

受講料として領収しました

令和5年 月 日

一般財団法人 三沢市スポーツ協会

きりとり線

令和5年度 パワーヨーガ教室 開催要項

- 1 目的 適度な運動負荷により筋力・心肺機能など体力の向上を目的とした運動を行い、自己制御力を養う健康法として知られるパワーヨーガを実施する。
- 2 主催 一般財団法人 三沢市スポーツ協会
- 3 日時 令和5年10月6・13・20・27日 毎週金曜日 18:30~20:00
- 4 場所 国際交流スポーツセンター 多目的運動室
- 5 講師 坂田 宜美 氏（日本ヨーガ療法学会認定 ヨーガ療法士）
- 6 対象 18歳以上（高校生は除く）
- 7 定員 先着15名（定員になり次第締切）
- 8 受講料 全4回 1,500円（保険料込）
- 9 持ち物 内ばき、汗ふきタオル、ヨガマット
※ヨガマットは貸出も出来ませんが、数に限りがあります。
希望の方は申込時にお伝え下さい。
- 10 申込期間 令和5年9月1日（金）～30日（土）
- 11 申込方法 電話または国際交流スポーツセンター窓口、電子メールで申し込み下さい。
申込用紙はホームページからダウンロードまたは国際交流スポーツセンター窓口にあります。
※電子メールで申し込みされる方は、氏名（ふりがな）、性別、電話番号、「パワーヨーガ教室参加希望」と入力して送信して下さい。
- 12 問い合わせ 三沢市国際交流スポーツセンター内 一般財団法人 三沢市スポーツ協会
電話 0176-51-4466
電子メール misawa-spokyo@orion.ocn.ne
ホームページURL <https://misawa-spokyo.or.jp>

個人情報保護について

参加申込に際してご提出いただく個人情報の管理は（一財）三沢市スポーツ協会が行います。また、個人情報は保険会社に提出する名簿の作成、参加者との連絡調整に使用します。事業開催中、教室の様子を撮影する場合があります。写真の肖像権については、（一財）三沢市スポーツ協会に帰属します。写真は広報活動等の目的で協会ホームページ等に掲載することがあります。あらかじめご了承下さいますようお願いいたします。