

令和5年度 ヨガ教室（9月） 開催要項

- 1 主 催 小樽市教育委員会
- 2 主 管 小樽市総合体育館指定管理者 シンコースポーツ北海道株式会社
- 3 目 的 市民を対象に健康・体力の保持増進を図り、運動の生活化への動機づけを目的とする。
- 4 日 程 令和5年9月2日（土）、9日（土）、16日（土）≪全3回≫
- 5 時 間 午前10時00分～11時00分
- 6 場 所 小樽市総合体育館(第1体育室) 〒047-0024 小樽市花園5丁目2番2号
- 7 対 象 市内在住、在勤、在学の健康な方
- 8 指 導 者 日本ヨガ道場認定指導員 小川 百合子
- 9 費 用 無料
- 10 申込方法 申込書に必要事項を記入し、小樽市総合体育館へ直接または郵送、FAX(24-4334)にて
申込みください。【申込期間内に必着】
- 11 申込期間 令和5年8月7日（月）～27日（日）
申込多数の場合は、申込期間最終日の翌日に抽選を行います。
<参加希望日が多い方を優先します>
- 12 募集人員 20名（ただし、申込少数の場合は中止になることもあります）
- 13 そ の 他
 - ① 参加者は大きめのタオル（バスタオル等）を用意してください。
 - ② 教室中の事故傷病について応急処置は行いますが、その他の責任は一切負いません。
 - ③ 医師に運動を禁じられている方、病弱者や疾病のある方は受講できません。
 - ④ 参加者は、運動着・運動靴・汗拭き・着替え・飲み物等を用意してください。
 - ⑤ 詳細については、小樽市総合体育館(TEL 33-3710)へお問合せください。
 - ⑥ 教室当日の様子については、市の広報・ホームページ・SNS等に掲載することがありますので、御了承ください。

令和5年度 ヨガ教室（9月） 参加申込書

No.

ふ り が な			
氏 名			
生 年 月 日	入力例（2012/01/01）		
住 所			
電 話 番 号			
メ ー ル ア ド レ ス			
参 加 希 望 日	<input type="checkbox"/> 9月2日(土)	<input type="checkbox"/> 9月9日(土)	<input type="checkbox"/> 9月16日(土)
※勤務先（通学先）名称			
※勤務先（通学先）住所	小樽市		

※は市外在住の方のみ記入（入力）してください。