

おとなの

朝ヨガ 前期



毎回日曜日 AM7:30~8:30

1回 500円

4月19日	総合体育館	西崎 英子さん
5月24日	さんみらい多賀城 イベントプラザSTEP	坂本 佳那さん
6月21日	総合体育館	諏訪 由美さん
7月12日	総合体育館	川口 茜さん
8月23日	総合体育館	諏訪 由美さん
9月13日	さんみらい多賀城 イベントプラザSTEP	内海 希与実さん

①月1開催だから
無理なく参加できる！

②毎月指導者が違うので
様々なヨガを楽しめる！

③ヨガマット貸出無料！

【お問合せ】

特定非営利活動法人多賀城市民スポーツクラブ
TEL 022-365-1918



スケジュール

日付	時間	内容	会場・講師	備考
4月19日(日)	午前7時30分 ～8時30分	ヨガ	多賀城市 総合体育館内 柔剣道場 又は さんみらい多賀城 イベントプラザ STEP	ヨガマットは貸出無料です。 ご持参いただいても 構いません。
5月24日(日)				
6月21日(日)				
7月12日(日)				
8月23日(日)				
9月13日(日)				

料金

1回毎 500円

※参加料は当日お支払いください。

※おつりのないようにご協力お願いいたします。

申込方法

開催日の2日前までにスポーツクラブ（総合体育館）に申込用紙を提出するか、HP申込フォームからお申込みください。（[URL:https://www.tagajo-sc.jp/](https://www.tagajo-sc.jp/)）※電話申込不可

対象・定員

18歳以上（学生を除く） 各回定員30名（定員に達し次第、締め切ります。）

その他

- ①活動中に撮影した写真は、広報などに使用する場合がございます。あらかじめご了承ください。
- ②発熱や体調のすぐれない方、または感染症により勤務先等が休業になった場合は参加をお控えいただきますようお願いいたします。
- ③天災等で事業を中止する際、多賀城市民スポーツクラブから電話又はHPよりお申込み頂いた方にはメールにて連絡をさせていただく場合がございます。スポーツクラブからの電話やメールを受信できるよう設定をお願いいたします。

【主催】多賀城市教育委員会

【主管・お問合せ】特定非営利活動法人 多賀城市民スポーツクラブ

TEL：022-365-1918



R8.おとなの朝活「朝ヨガ」前期 申込書

R8年 月 日 申込

参加月： 4月 5月 6月 7月 8月 9月

ふりがな		年齢	
氏名		歳	
お住まい	多賀城市 ・ その他(市・町)	電話番号	— —