

公益財団法人盛岡市スポーツ協会

盛岡体育館

令和3度 第3期フローヨガ教室開催要項

- 1 趣 旨 “動”と“静”のポーズを流れるように連続して行うことで、効率的に新陳代謝を促進し、また自律神経への働きかけにより、集中力の強化、ストレス解消を図る。
- 2 主 催 公益財団法人盛岡市スポーツ協会
(盛岡体育館指定管理者 <https://www.morioka-sport.or.jp>)
- 3 共 催 盛岡市
- 4 主 管 盛岡体育館
- 5 期 日 令和3年10月28日、11月4日、11日、25日、12月2日、9日
木曜日 19:15 ~ 20:15 全6回
- 6 会 場 盛岡体育館 3階研修室
住所：盛岡市上田3丁目 17-60 電話：019-652-8855
- 7 対 象 18歳以上の男女
- 8 募集定員 20名
- 9 講 師 NAOMI (資格：JYIA2級3級)
- 10 参 加 料 4,422円(保険料を含む)
- 11 保険内容 あいおいニッセイ同和損保 レクリエーション傷害保険
入院日額 3,000円、通院日額 3,000円 (往復途上も補償されます)
- 12 申込方法 令和3年10月5日(火)10:00より電話申込受付開始。
受付電話番号 盛岡体育館 019-652-8855
電話申込後、令和3年10月21日(木)までに盛岡体育館窓口にて参加料をお支払い下さい。
参加料を頂いた後に受講をキャンセルする場合には、領収書と引き換えで参加料をご返却いたします。また10月22日(金)以後のキャンセルはお受け致しかねますのでご了承下さい。
※定員まで空きがある場合、教室開始日当日まで受付しております。お問合せください。
- 13 そ の 他
 - ・教室で使用するマットは主催側で用意いたします。
 - ・運動の出来る服装で、汗拭き用のタオル、水分補給用の飲み物と上履きををご持参ください。
 - ・講師の都合等により、日程が変更になる場合があります
 - ・申込みが最少施行人数(7名)に満たない場合、開催を中止する事があります。

個人情報保護について

参加申込に際してご提供いただく個人情報の管理は(公財)盛岡市スポーツ協会が行います。情報は参加者の傾向分析、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、(公財)盛岡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上等に掲載することがあります。

第3期 フローヨガ教室 開催日程

10月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18・休館日	19	20	21	22	23
24	25	26・①	27	28・①	29	30
31						

11月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2・②	3	4・②	5	6
7	8	9・③	10	11・③	12	13
14	15・休館日	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25・④	26	27
28	29	30・④				

12月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2・⑤	3	4
5	6	7・⑤	8	9・⑥	10	11
12	13	14・⑥	15	16	17	18
19	20・休館日	21	22	23	24	25
26	27	28	29・休館日	30・休館日	31・休館日	

① ～ ⑥ 教室開催日

木曜日 19:15 ～ 20:15

★ 欠席された場合、1回限り振替が可能となります。 ★

・振替対象教室は火曜日の「ハタヨガ教室」です。

ハタヨガ教室開催 10/26、11/2、11/9、11/30、12/7、9/14(全6回) 19:15～20:15

・振替を希望される場合は人数調整等のため必ず職員ご連絡をお願いします。