

slow-flow yoga

平成29年度
秋期日程表

ゆっくり (slow) と
流れる (flow)
ストレッチ系yoga

10月

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



— 受講料 —
①②

全10回
(新規) 9,500円
(継続) 8,500円
単発
(1回) 1,100円

— 火曜日 —

① slow-flow
9:45~10:45
(16歳以上一般女性)

— 水曜日 —

② slow-flow
9:45~10:45
(16歳以上一般女性)

11月

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

12月

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

次回「冬期」
の継続申込み期間
11月7日(火)~
11月26日(日)

ブログ:QRコード



【お問い合わせ先】

竜王町総合運動公園内
ドラゴンスポーツセンター
0748-58-3173

●持ち物

『ヨガができる服装・ハンドタオル・水分補給用飲料・ブランケット
or、大きめのタオル(リラックス時に寝転んで羽織れるような物)』

- レッスン開始10分前までにお越しください。
- 場所は「スポーツジム」内のスタジオにて行ないます。
- お越しになられたらスポーツセンター受付に受講証を提出ください。
- 皆出席されますと皆勤賞がございます。
- 補講制度がございます。必ず受付or担当講師へお申し出ください。
(今期欠席分を他のレッスン曜日に振り替えて受講が可能です。)
※火&水曜のslow-flowヨガ内に限ります。
※皆勤の対象にはなりません。
- レッスン時間前後のプール・採暖室・ジム等の一般利用には別途
利用料が必要になります。
- その他、ご不明な点がございましたら職員にお尋ねください。