

slow-flow yoga

平成30年度
冬期日程表

1月

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

ゆっくり (slow) と
流れる (flow)
ストレッチ系yoga



— 受講料 —

- ① 火曜日：全9回
新規 8,550円
継続 7,650円
- ② 水曜日：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)

2月

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

3月

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

次回春期受講料

引き落とし日は

「4月1日(月)」

変更・退会の際は

「3月17日(日)」

までに受付まで

お申し出ください。

●持ち物

『ヨガができる服装・ハンドタオル・水分(お茶等)・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。

【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

TEL: 0748-58-3173

ブログQRコード

