

slow-flow yoga

平成30年度
夏期日程表

7月

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

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)

8月

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

9月

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

次回「秋期」
受講料引き落とし日
「10月1日(月)」
変更・退会の際は
「9月16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

