

令和5年度 第2期 心と体のリラクソロジー開催要項

足羽ふれあいセンター

- 開催期間** 令和5年7月3日～9月25日(毎週月曜日)
全10回 休講日:7/17, 8/14, 9/18
- 開始時間** 18時30分～19時30分
- 開催場所** 足羽ふれあいセンター 3階大ホール
- 持ち物**
- ・ヨガマット(貸出しはいたしません)
 - ・タオル・水分補給の飲み物(多めに)
 - ・ジム利用の際は内履きシューズ
- 注意事項**
- ・運動開始前に血圧測定を行ってください
 - ・体調が悪い場合は、無理をしないでください
 - ・講座開始以降は、参加の有無にかかわらず受講料をお返しできませんので、ご了承下さい
 - ・不可抗力により、講座開催期間中に休講になる場合があります
 - ・やむを得ない事情により、講師の「代行」や講座内容が変更になる場合があります
 - ・更衣室の利用については、十分なロッカー数がないため、なるべく運動できる服装でお越しください

駐車場について お手数ですが、下記競輪場駐車場にお停めください



受講に際してのお手続きについて

心と体のリラックスヨガにお申込みいただき有難うございます。

受講者発表日・・・6月14日(水)午後3時～

下記いずれかの方法で、**抽選結果のご確認**をお願い致します。

- ① アスレチックジム前掲示板
- ② ホームページ(足羽ふれあいセンターで検索)
- ③ 電話で問合せ(☎34-8769)

発表は、利用者番号にて行いますのでお間違えのないよう、
よろしくお願ひ致します。

～当選された場合～

足羽ふれあいセンター1階窓口横券売機にて券を購入のうえ、受付にて
手続きをして下さい。

受講料:3,800円(つり銭のないようお願いします)

受講料納入期限・・・6月28日(水)

- ・受講をキャンセルする場合は、キャンセル待ちをしている方のためにも、お早めにご連絡ください。
- ・お支払いは納入期限を厳守でお願いします。期限までにお支払いがないと、キャンセル扱いとなる場合があります。