

令和7年度 第3期

ヨガ・リフレ教室開催要項

趣 旨 余分な水分を排出して、筋肉をほぐして基礎代謝を上げ、ストレス解消しましょう。

主 催 指定管理者 NPO 法人清水町スポーツ協会

対 象 者 20歳以上の方

期 間 火曜日（全 10回） 14：00～15：00

《 1月》 13日・20日・27日

《 2月》 3日・10日・17日・24日

《 3月》 3日・10日・17日

※予備日：3月24日・3月31日

会 場 清水町体育館 1階 卓球場・トレーニング場 (971-0160)

募集人員 20人（先着順・定員になり次第締め切ります）

受 講 料 5,000円（保険代含む）

※受講料は申し込みの際に納めてください。

申込期間 令和7年12月11日（木）～定員に満まで 9：00～20：00 ※12月21日休館日

申込方法 申込書に必要事項を記入の上、町体育館受付まで提出してください。

持 ち 物 ○体育館室内シューズ ○タオル ○水分補給用飲み物
○ヨガマット若しくはバスタオル大を用意して下さい。

注意事項 ① 体調が悪い時は、事前に医師の診断を受けてから受講してください。
② 教室中に気分が悪くなったら、講師に報告し指示をあおいでください。
③ 教室終了後はすばやく片付けを済ませてください。
④ 自然災害などにより、開催日を延期、又は開催場所を変更することがあります。

そ の 他 ①事故について、主催者はその責任を負いません。
②スポーツ協会HP等へ写真を掲載する場合がありますので、あらかじめ御了承ください。なお、個人が特定できないように撮影いたします。

問 合 せ 指定管理者 NPO 法人清水町スポーツ協会(清水町体育館内) 電話 055-971-0160

令和7年度 第3期

ヨガ・リフレ教室申込書

フリガナ 受講者			生年月日 年齢性別	昭和・平成 年 月 日 才 男・女
住所			自宅電話	
勤務先	勤務先		携帯電話	
	所在地			
疾病	ある (ない)			
緊急連絡先	氏名		電話番号	
	住所		続柄	

誓約書

私は、清水町体育館スポーツ教室の参加にあたり、教室の趣旨に賛同して、加入保険以外の教室内外の不慮の疾病・事故については、私の責任において処理し、主催者には一切のご迷惑をおかけしないことを誓います。

指定管理者 NPO 法人清水町スポーツ協会長 様

令和 7 年 月 日

氏名 _____