

令和8年度 第1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
◀ 4 月 ▶ 21 日・28 日
◀ 5 月 ▶ 12 日・19 日・26 日
◀ 6 月 ▶ 2 日・9 日・16 日・23 日・30 日
※予備日：7月7日・7月14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8年4月6日（月）～定員に満まで 9：00～20：00 ※4月19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

ヨガ・リフレ教室申込書

| | | | | |
|-------|-----------------|--|--------------|----------------|
| フリガナ | | | 昭和・平成 | |
| 受講者 | | | 生年月日 年齢性別 | 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 8 年 月 日

氏名 _____