

2020年度

日々の健康維持やストレス解消に・・・

ヨガ教室のご案内



ヨガは老若男女問わず一生通じて続けられる運動です。
年間を通して第1回から第5回開催します。
コース受講の方は昼の部、夜の部(各8回の全16回)を自由に受講頂けます。
初めての方やコースに申込みができない方は1回800円で参加頂けます。

サンワーク木次 TEL (0854) 42-9090
FAX (0854) 42-1399

料 金	1コース 5,300円 (最大16回) ※年間料金ではありません。1回コース料金となります。	1回ごとの参加 800円
講 師	インド中央政府認定ヨーガインストラクター 渡部 淳子	場 所
		サンワーク木次・多目的ルーム

	昼 の 部	夜 の 部
曜 日	土曜日	木曜日
時 間	13:30 ~ 14:30	19:00 ~ 20:00
回 数	1コース16回 (昼の部8回・夜の部8回)	
第1回 コース	2020年4月4日(土) ~ 6月6日(土) (5/2・5/30 休み)	2020年4月9日(木) ~ 6月4日(木) (4/30 休み)
第2回 コース	2020年6月13日(土) ~ 8月22日(土) (6/27・7/25・8/15 休み)	2020年6月11日(木) ~ 8月27日(木) (6/25・7/2・7/23・8/13 休み)
第3回 コース	2020年9月5日(土) ~ 10月31日(土) (10/3 休み)	2020年9月3日(木) ~ 10月22日(木)
第4回 コース	2020年11月14日(土) ~ 2021年1月9日(土) (1/2 休み)	2020年11月5日(木) ~ 2021年1月7日(木) (12/10・12/31 休み)
第5回 コース	2021年1月23日(土) ~ 3月13日(土)	2021年1月21日(木) ~ 3月25日(木) (2/11・3/11 休み)

■ ヨガマットは準備しております。靴は使用しません。 ■ お申込みは電話・FAXでも受付いたします。

【お願い】受講料はお申込み時または初回にお願いします。

----- 切り取り線 -----

サンワーク木次・ヨガ教室(第 回) 申込書 年 月 日

氏 名 : _____

住 所 : _____

TEL : _____

* 個人情報に関する取扱いについて
当申込書にご記入いただいたお客様の情報は、ヨガ教室に関する事務手続き以外の目的には一切利用することはありません。