

公益財団法人盛岡市体育協会 盛岡市立武道館
第2期 健康ヨガ 開催要項

- 1 趣 旨 日常生活で硬くなった身体の凝り、歪みをヨガの姿勢、呼吸法により解消し、より多くの市民が健康的で豊かな生活を送ることに寄与する。
- 2 期 日 令和元年9月6日、13日、20日、27日、10月4日、11日、18日、25日、
11月1日、8日 金曜日 計10回
時 間 10:00 ~ 11:30
- 3 会 場 盛岡市立武道館 1階 柔道場
- 4 主 催 (公財)盛岡市体育協会 (盛岡市立武道館指定管理者 <http://www.morioka-taikyo.or.jp>)
- 5 共 催 盛岡市
- 6 参加資格 一般男女
- 7 募集人数 15名
- 8 内 容 姿勢を整える柔軟体操・ストレッチを含むヨガポーズの練習
- 9 講 師 坂本 博美 (国際ヨガアカデミー)
- 10 参加料 7,560円 (消費税・傷害保険料を含む)
- 11 保険内容 三井住友海上火災保険株式会社
入院日額 3,000円、通院日額 2,000円 (往復途上も補償されます)
- 12 申込方法 令和元年8月21日(水)正午から盛岡市立武道館へ電話による申し込み。
参加料は、申し込み後一週間以内に納付してください。
一旦納入された参加料等の返金には、領収書の控えが必要となります。
教室開始日1週間前を過ぎてのキャンセルにつきましては料金を頂きます。
- 13 その他 ○運動のできる服装で、また汗拭き用のタオル、水分補給の飲み物をご持参ください。
○畳の上で行いますので、室内シューズは必要ありません。
○参加者が9名に満たない場合は中止になる事があります。
○医師から運動制限を受けている方は、参加できません。

個人情報保護について

参加申込に際してご提供いただく個人情報の管理は(公財)盛岡市体育協会が行います。また、情報は参加者の傾向分析、保険会社に提出する名簿の作成、参加者との連絡調整に使用します。事業開催中、教室の様子を撮影する場合があります。写真の肖像権については、(公財)盛岡市体育協会に帰属します。写真は、広報活動等の目的で協会ホームページ上等に掲載することがあります。

◎問い合わせ 〒020-0882 盛岡市住吉町3番12号
盛岡市立武道館 TEL (019) 654-6801
(e-mail : siritubudoukan@morioka-taikyo.or.jp)