

公益財団法人盛岡市体育協会  
盛岡体育館

## 第2期 アロマでリラックスヨガ教室

### 開催要項

- 趣 旨 アロマの香りを楽しみながら、ヨガの深い呼吸法と簡単なポーズで体の歪みを修正し、冷えや腰痛改善など、心と身体のバランスを整えます
- 期 日 平成29年6月22日～8月3日 木曜日  
時間 13:15～14:15 全7回  
※但し、大会等で日程の変更が生じる場合があります。
- 会 場 盛岡体育館 研修室
- 主 催 (公財)盛岡市体育協会 (盛岡体育館指定管理者 <http://www.morioka-taikyo.or.jp>)
- 共 催 盛岡市
- 募集人数 15名 (女性対象)  
(応募者が最少開催人数9人に達しない場合、中止となる場合があります)
- 講 師 桜田 正美 先生  
全米エアロビクス認定インストラクター  
ルナワークス シニアヨガ・乳がんリハビリヨガインストラクター
- 参加料 5,040円 (保険料を含む)
- 保険内容 あいおいニッセイ同和損保 レクリエーション傷害保険  
入院日額 3,000円、通院日額 3,000円 (往復途上も補償されます)
- 申込方法 平成29年5月18日(木)午前10時より電話予約を受け付けます。  
参加料は6月14日(水)までに盛岡体育館窓口にてお支払いください。  
一旦納入された参加料の返金には、領収書の控えが必要となります。  
キャンセルは6月15日(木)までとし、期日を過ぎた場合は料金を頂きます。
- その他 運動のできる服装で、タオル・飲み物等各自ご用意ください。  
医師から運動の制限を受けている方は参加できません。

お問い合わせ (盛岡体育館)

TEL 019-652-8855

Email [moritai-sportsclub@morioka-taikyo.or.jp](mailto:moritai-sportsclub@morioka-taikyo.or.jp)

#### 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。

## 教室開催日程表

|    |     |     |     |      |     |     |
|---|-----|-----|-----|------|-----|-----|
| 日曜日   | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日  | 金曜日 | 土曜日 |
| 18  | 19  | 20  | 21  | 22 ① | 23  | 24  |
| 25  | 26  | 27  | 28  | 29 ② | 30  |     |
|    |     |     |     |      |     |     |
| 日曜日   | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日  | 金曜日 | 土曜日 |
|   |     |     |     |      |     | 1   |
| 2   | 3   | 4   | 5   | 6 ③  | 7   | 8   |
| 9   | 10  | 11  | 12  | 13 ④ | 14  | 15  |
| 16  | 17  | 18  | 19  | 20 ⑤ | 21  | 22  |
| 23  | 24  | 25  | 26  | 27 ⑥ | 28  | 29  |
| 30  | 31  |     |     |      |     |     |
|  |     |     |     |      |     |     |
| 日曜日   | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日  | 金曜日 | 土曜日 |
|   |     | 1   | 2   | 3 ⑦  | 4   | 5   |
| 6   | 7   | 8   | 9   | 10   | 11  | 12  |