



初めての方でも
経験者でも
ご参加可能です。
気持ちよく
身体を伸ばし
リフレッシュ!

ヨガ教室

2021年

9/22・29・10/6・13・20・27

13:30~14:30 毎週水曜日 (全6回)

※コロナウイルス感染状況等によって、変更や休止を行う場合がありますので、ご了承ください。

場 所 伊勢原市体育館 2階 柔道場

対 象 市内・市外の方問わず (高校生以上)
定員20名

参 加 費 3,000円 (全6回)
初回時にお支払いください。
※欠席の場合、払い戻しはできません。

持 ち 物 ・運動できる服装 ・タオル ・飲み物
・ストレッチマット (無料貸し出し有)

申込方法 9/1 (水) より
お電話または直接体育館管理事務所へ

利用方法

- ①当日、2階武道場までお越しください。
初回は参加費をご用意ください。
- ②受付時に体温を測定させていただきます。
また、感染症対策チェックリストの提出
が必要です。チェックリストの記載事項
に全てチェックいただけない場合は、
参加できません。

※1F更衣室とシャワー室は、利用人数制限が
あります。更衣室入口の利用案内をご確認
ください。(柔道場の更衣室は利用できません)