

令和6年度 健康ヨーガ スケジュール表

火曜日	健康ヨーガ	10:15~11:30
場所	徳島市立体育館 第二会議室	

令和6年8月6日現在

前期(20回)	4月	2	9	16	23	
	5月	14	21	28		
	6月	18	25			
	7月	2	9	16	23	30
	8月	6中止	20	27		
	9月	3	10	17	24 (8/6の振替)	
後期(20回)	10月	1	8	22	29	
	11月	12	19	26		
	12月	3	10	17		
	1月	7	21	28		
	2月	4	18	25		
	3月	4	11	18	25	

★ 前期・後期 各20回ごとのお支払いになります。

健康ヨーガ

(1,050円×20回)

後期継続の方は、前期の最終日までに受講料のお支払いをお願いします。

★ 駐車券を購入される方は受講料と合わせてお支払いください。

(20回分 2,000円) 駐車券の再発行はできません。

★ 荒天による中止は教室開始2時間前に決定します。

TEL(088-654-5188)又は、徳島市体育振興公社HPでご確認ください。

※ 講師の先生の都合によりスケジュールが変更することがあります。

スケジュール変更の際には、講師の先生より連絡いたします。

(準備物) 動きやすい服装・タオル・水分補給できるもの

ヨガマット(お持ちでない方はコチラでもご用意しております)

厚手のバスタオル(ヨガマットの上に敷いてもらうためのものです)

