

骨盤すっくいエクササイズ教室

骨盤の歪の解消と正しい姿勢の保持に役立て、健康増進
やバランス改善を目的とします。

日時：令和3年1月14日～令和3年3月25日
(2/11を除く)
毎週木曜日 午前10時～11時

場所：相模原ギオンスタジアム 会議室

対象：18歳以上の方(高校生は除く)

講師：フクシ・エンタープライズ所属 所属インストラクター

参加費：6,000円(全10回分)

定員：20名(抽選)

申込み：窓口/往復はがき/メール(HPの申込フォーム)にて、教室名・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を明記し、スタジアムまでお申込みください。

*窓口で申込する場合は返信用のはがきをご持参ください。

締切日：12/25(必着)

申込先住所：〒252-0335 相模原市南区下溝4169

発表方法：返信はがき又は、メールにて応募者全員に結果を通知いたします。

持ち物：「初回記入用紙」「新型コロナウイルス感染症対策チェックリスト」
運動しやすい服装、靴、水分補給用の飲み物、ヨガマット、タオル、
ゴミ持ち帰り用袋(ゴミは各自持ち帰るようお願いいたします)、
アルコール消毒液(ご持参できる方)等。

その他：更衣室、シャワーの利用を中止しています。

受付は12月15日 8時30分から開始いたします。

相模原ギオンスタジアム

〒252-0335 相模原市南区下溝4169

TEL 042-777-6088 FAX 042-777-0161

メール asamizo-stadium@dream.jp

HP アドレス <http://www.a-stadium.jpn.org>

広報さがみはら

12/15号掲載