

あなたが夢中になれる運動・スポーツを探しませんか？



目黒区立碑文谷体育館

教室募集案内

URL: <https://www.himonyataiikukan.com>

目黒区立碑文谷体育館オフィシャルサイト

検索



補助
付き

親子ヨガ体験教室



※妊娠している方はご遠慮ください

| | | | |
|-------|--|----|-------------------|
| 日程 | 5月7日～6月4日 毎週木曜日 全5回 | | |
| 対象 | 区内在住・在勤・在園 1歳以上の未就学児と保護者 | | |
| 時間 | 10:00～11:00 | 定員 | 40組 (定員を超えた場合は抽選) |
| 費用 | 1組2,500円(保険料込) | 会場 | 碑文谷体育館 体育室 |
| 持物 | 運動が出来る服装・ヨガマット・着替え・おむつ・タオル・飲み物 ※マット無料貸出有り | | |
| 講師 | ヨガインストラクター 広吉 敦子氏 竹市 敦子氏 | | |
| 内容・効果 | 親子一緒に身体を動かしながら、スキンシップやコミュニケーションを深める教室です。 バランスの良い心身健康な身体作り、リラックス効果(こり・疲れの緩和にも)、脳の活性化、集中力の向上などに期待ができます。 | | |

【募集期間】3月15日(日)～4月22日(水) 必着 【抽選結果】4月30日(木) 迄にご連絡致します。

【結果連絡方法】インターネットでお申し込みの方はメール、その他での申し込みの方はハガキでご連絡致します。

※メールアドレス→「himonya - gym@h00.itscom.net」でご連絡致します。端末の設定・環境をご確認ください。

※当落結果が届かない場合は、碑文谷体育館へご連絡ください。

申込み方法

教室名・郵便番号・住所・参加者氏名/保護者氏名(ふりがな)・電話番号・年齢、補助をご希望の方は補助の有無・お子さんの氏名(ふりがな)・年齢(補助の0歳は月齢も)を必ずご記入のうえ以下の方法でお申し込みください。

※補助は対象教室のみとなります。 ※区外在住で在勤・在園の方は在勤・在園先の名称・所在地も必ずご記入ください。(参加者が対象です)

| | |
|---------------------|---|
| ①往復ハガキ | 必要な事項を必ずご記入の上お申し込みください。 |
| ②スポーツ講座 申し込みシステム | 碑文谷体育館HPまたは目黒区HPへアクセスしてください。 必要な事項を必ずご入力の上お申し込みください。 |
| ③受付窓口 またはFAX | 必要な事項を必ずご記入の上お申し込みください。 ※申込み用紙は碑文谷体育館HPからプリントアウトする事もできます。 ※送信後は必ず碑文谷体育館に送信確認を行ってください。 |

目黒区立 碑文谷体育館 〒152-0003 目黒区碑文谷6-12-43
TEL:03-3760-1941 FAX:03-3760-1943