

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



## 親子ヨガ体験教室



※必ずマスクを着用してください  
※妊娠している方はご遠慮ください

日程	3月2日～3月30日 毎週水曜日 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	10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 会議室
持物	運動が出来る服装・ヨガマット・着替え・おむつ・タオル・大きめのバスタオル・飲み物・マスク ※当面の間、ヨガマットの貸出はありません		
講師	ヨガインストラクター 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】12月15日(水)～2月10日(木) 必着 【抽選結果】2月20日(日)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