

NIGHT
YOGA

夜ヨガ

西尾勤労会館 2025年度 秋期講座

身体が硬い人や、筋力に自信がない人でも大丈夫
です
精神的なリラクゼーションと柔軟性のある身体作
りをしていきます
健康運動指導士としての指導も入り、身体をいろ
んな形でアプローチしていきます
毎週楽しく進めていきます

講師 MIKA

- ・ヨガインストラクター
 - ・健康運動指導士
 - ・健康運動実践指導者
- を持つ経験豊かなインストラクター
長年スポーツクラブでレッスンを担当



火曜日クラス

日程 10/7~12/16
時間 18:15~19:15
定員 15名
受講料 5,280円 (全8回分)



水曜日クラス

日程 10/1~12/3
時間 18:15~19:15
定員 15名
受講料 6,600円 (全10回分)



金曜日クラス

日程 10/3~12/12
時間 19:30~20:30
定員 50名
受講料 6,600円 (全10回分)

西尾勤労会館窓口、またはお電話
にてお申込みください!

☎ 0563-59-1100
西尾市平坂町山崎9-1

教室詳細

開催日程

火曜日クラス		18:15~19:15					
10月	7日	21日	28日			全8回	
11月	11日	18日				定員	15名
12月	2日	9日	16日			受講料	5,280円
水曜日クラス		18:15~19:15					
10月	1日	8日	15日	22日	29日	全10回	
11月	5日	12日	19日	26日		定員	15名
12月	3日					受講料	6,600円
金曜日クラス		19:30~20:30					
10月	3日	10日	24日	31日		全10回	
11月	7日	14日	21日	28日		定員	50名
12月	5日	12日				受講料	6,600円
募集期間		8/16(土)~9/15(月)		抽選発表日		9/18(木)	

↓↓ 申し込み方法 ↓↓

◎申込期間内に電話又は、窓口にて直接お申込みください。		TEL 0563 - 59 - 1100	
◎受付に伴い下記のことをお聞きますので、お答えください。			
①お名前（フルネーム）	②年齢・学年など	③性別	④住所・電話番号

その他

- ・申込時に記入して頂いた個人情報は、教室運営以外には使用致しません。
- ・家族間、友人間などでの譲渡は禁止とさせていただきます。
(教室の参加は申込者本人のみとさせていただきます。)
- ・お客様都合によるお支払い後の返金は、お受けいたしておりません。
- ・定員を超える申込があった場合は抽選とし、申込締切日の翌日正午に抽選を行います。
- ・募集期間中に最少人数に達しなかった教室は、開催しないことがあります。
- ・定員に達しなかった教室は途中参加も可能です。(事務所までお問い合わせください)
- ・会場(部屋)、講師、日程などは都合により変更する場合がございます。

主催 西尾勤労会館（指定管理者 シンコースポーツ中部株式会社）

〒444-0305

西尾市平坂町山崎9-1

Tel (0563)59-1100

URL <https://www.nishio-kinrou.com/index.html>



NISHIOKINROU1100