

令和7年度 ヨガ教室 開催要項

- 1 趣 旨 琵琶湖を眺めながら、解放的な雰囲気の中でヨガを実施し、日々の生活の中で疲れた心も体もリフレッシュする。日頃体を動かすことの少ない人を対象にスポーツ参加機会を拡大する。
- 2 主 催 公益財団法人滋賀県スポーツ協会 関西みらいローイングセンター（滋賀県立琵琶湖漕艇場）
- 3 実施日 水曜日 10時～11時（年間4期各10回）
- 1期 4/2、4/9、4/16、4/23、5/14、5/21、5/28、6/4、6/11、6/18
- 2期 7/2、7/9、7/16、7/23、7/30、8/6、8/20、8/27、9/3、9/10
- 3期 10/22、10/29、11/5、11/12、11/19、11/26、12/3、12/10、12/17、12/24
- 4期 1/7、1/14、1/21、1/28、2/4、2/18、2/25、3/4、3/11、3/18
- 4 場 所 関西みらいローイングセンター 大津市玉野浦6-1
- 5 対象・定員 18歳以上男女 12名（**継続受講者を優先し、欠員が出た場合のみ欠員数を募集**）
- 6 指導者 田中 みどり （健康運動実践指導員、ヨガインストラクター、ダンスインストラクター）
- 7 内 容 眺望の素晴らしい部屋を活用し、朝の清々しい湖上からの風感じながらヨガを楽しみます。
ゆったりとした呼吸と正しいポーズで身体の柔軟性を養います。
リラクゼーション効果で、心と身体のバランスを整えます。
- 8 受講料 各期 11,500円（消費税、傷害保険料含む）
※各期の初回にお支払ください。受講料のお支払いは現金のみです。
- 9 申込方法 **関西みらいローイングセンターホームページからお申し込みください。**
- 10 申込期間 各期開始日の前月1日から随時受付（定員に達した場合は、申し込みを終了します）
また、継続して欠員がある場合は、上記期間に関わらず継続してホームページで申し込みを受付ます
- 11 その他 (1)運動のできる服装、水分、フェイスタオルをご持参ください。
(2)運動中、万が一事故が生じたときは応急処置をいたしますが、その後の責任は※傷害保険によるものとします。
(3)一旦納入された受講料は返金できませんので、ご了承ください。
(4)教室開催中の記録写真等については、当協会のチラシ、パンフレットに掲載されることがあります。撮影、使用権は当協会に属することをご承知ください。

※傷害保険内容 死亡・後遺障害 1,000 千円・通院保険金日額 1,000 円

入院保険金日額 1,500 円（手術保険金もセットされています）



お問合せ先 関西みらいローイングセンター（滋賀県立琵琶湖漕艇場）

TEL 077-545-2165