

わくわくスポーツ教室の開催

会場：愛知東邦大学内 (教室により異なります)

Withコロナの健康・体力維持・ストレス発散の一助に



お気楽ヨガ教室

お気楽太極拳体操教室

〔参加費〕 どれも1回700円

はじめてでもOK!
お気軽にご参加ください!!

都合の良い日だけの参加もOK!

お気楽太極拳体操



ゆっくり太極拳の動きで、
アタマとカラダを使います。
動きが覚えられなくても見
ながらやるから大丈夫です。

お気楽ヨガ



難しいヨガのポーズはし
ません。ヨガの呼吸で、
気持ちよくカラダを伸ば
して動かしていきます。

* 募集：各教室若干名

* 当教室ご参加の方は“スポーツ安全保険”にご加入いただきます。
・65歳以上 @1,200 ・65歳未満 @1,850
○1度ご加入いただければ2024年度中有効な保険です。

●事前の申し込みが必要です。教室に直接お越しいただいてもご参加いただく事はできません。

* 参加ご希望の方は見学会にお越しいただいた上でお申し込みを受付ます。

見学会にお越しいただかないとお申し込みいただけません。

* 見学会は募集定員以上の参加を募ります。

* 見学会に参加いただき、申し出が募集定員より多い場合は“抽選、で参加者を決定させていただきますので予めご了解下さい。

見学会参加方法は下記お問い合わせ先までご連絡下さい。

●感染症対策について

* マスク着用は各自の判断に委ねますが、各教室の講師より別途指示があった場合はその内容に従っていただきます。

* 状況の変化により感染症対策も変わることがあり、講座を中止にすることもあります。予めご了解下さい。



駐車場のご用意はできません。

【お問い合わせ】 10:00~16:00

学校法人東邦学園

スポーツ・文化振興局 (担当：長島)

TEL : 052-782-1965