

2024年度 ヨガラボ実施要項

- 趣 旨** 少人数制のヨガ教室が周南緑地に登場！
ヨガがはじめての方、身体の固い方や男性でも気軽に参加できる教室です。
- 主 催** 指定管理者：周南緑地スポレパーク株式会社
(運營業務受託企業：ASF・NSP 運営共同企業体)
- 期 間** ≪春期≫4月～6月 ≪夏期≫7月～9月
≪秋期≫10月～12月 ≪冬期≫1月～3月
- 曜 日・時 間** 毎週木曜日 9:30～10:30
- 会 場** ゼオンアリーナ周南 講座室
- 対 象・定 員** 18歳以上 先着8名
- 参 加 料** 1回1,000円(月謝につきましては回数によって異なります。)
- 申 込 み 方 法** ゼオンアリーナ周南受付窓口にて申し込み。電話予約も可能。
- そ の 他**
- ・動きやすい服装で、ご参加ください。
 - ・汗をかきますので、タオルの用意や、水分の補給を十分行ってください。
 - ・9:00の時点で警報が発令されている場合は中止とします。
その場合振替日を後日1日間のみ設けます。受講料は返金しません。
- お 問 い 合 せ** ゼオンアリーナ周南 Tel0834-28-8311

開 催 日

≪春期≫【開催】12回【月謝】12,000円【予備日】5/30

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6階	第7回	第8回	第9回	第10回	第11回	第12回
4/4	4/11	4/18	4/25	5/2	5/9	5/16	5/23	6/6	6/13	6/20	6/27

≪夏期≫【開催】12回【月謝】12,000円【予備日】8/29

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6階	第7回	第8回	第9回	第10回	第11回	第12回
7/4	7/11	7/18	7/25	8/1	8/8	8/15	8/22	9/5	9/12	9/19	9/26

≪秋期≫【開催】12回【月謝】12,000円【予備日】10/31

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6階	第7回	第8回	第9回	第10回	第11回	第12回
10/3	10/10	10/17	10/24	11/7	11/14	11/21	11/28	12/5	12/12	12/19	12/26

≪冬期≫【開催】10回【月謝】10,000円【予備日】なし

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6階	第7回	第8回	第9回	第10回
1/9	1/16	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13	3/27

※開催日程が変更となる場合がございます。予めご了承ください。