

サップヨガ 体験会

? サップとは・・・スタンドアップパドルボード: スタンドアップボードの略称です。

趣 旨 ファミリープールでサップヨガの体験をしてみませんか。
穏やかな水面の揺れや動きと調和しながら体幹を鍛え体も
ひきしめる効果も期待できます。



日 時 平成29年 7月 9日(日) 小雨決行
A 10:00 ~ 10:50 D 14:00 ~ 14:50
B 11:00 ~ 11:50 E 15:00 ~ 15:50
C 13:00 ~ 13:50

予定

集合場所 ファミリープール入口(受付開始時間 各回開講30分前から)

場 所 ファミリープール内

参加費 1人 1,000円(各コース)

(お車でお越しの場合は駐車料金400円が必要です。)

内 容 ボードの上でヨガ体験

対 象 高校生以上



水面にボードを浮かべヨガを行うため、水着等濡れてよい服装で体験
してください。(貸出用水着等なし)

ラッシュガードが一枚あると日焼け止めや保温の役目になります。

申込み 6月18日(日)より体育館窓口及びFAXにて先着順

定員 各コース8人

定員になり次第、締切らせていただきます。

主 催 公益財団法人 京都府公園公社

山城総合運動公園管理事務所

問い合わせ 〒611 0031 宇治市広野町八軒屋谷1

事業課 0774 21 0376 FAX 0774 21 0381

(休館日 木曜日)

<http://www.kyoto-park.or.jp/yamashiro/>

* 家族5名までこの用紙で申込みできます（ご友人など家族以外はお手数ですが1枚ずつご記入ください。）

事業名 <h1 style="margin: 0;">サップヨガ</h1>		
参加者	フリガナ 名前	性別 男・女 小学（ ）年生 （ ）歳
	フリガナ 名前	性別 男・女 小学（ ）年生 （ ）歳
	フリガナ 名前	性別 男・女 小学（ ）年生 （ ）歳
	フリガナ 名前	性別 男・女 小学（ ）年生 （ ）歳
希望コース （ A ・ B ・ C ・ D ・ E ）		
住所	〒 -	
連絡先	自宅 - - 携帯 - -	
	FAX - - (お持ちの方)	
<p>★アンケート</p> <p>① 太陽が丘のイベントにご参加いただいたことがありますか？ （初めて・2回目・3回以上）イベント名（ ）</p> <p>② 今回の参加料はいかがですか？（高い・安い・適当な値段）</p> <p>③ 今後どのようなイベントがあれば参加してみたいですか？ （ ）</p>		
◆スタッフ記入欄		
受付日 (印)	受付者	通し番号