

女性限定

～参加者募集中～

骨盤矯正+ストレッチ

ヨガ教室

骨盤に関する筋肉をほぐし、カラダの歪みや軸を整えて引き締めるためのストレッチヨガを行います。女性特有の悩み、出産後の悩み、ダイエットに挑戦したい方などにオススメの内容です。



▶講師：平良 弥之（ひの）

ルーシーダットンボディケアインストラクター

▶開催日：令和6年6月5日・12日・19日・26日 7月3日 全5回

毎週水曜日 ※教室終了後は、サークル活動に移行する予定！

▶時間：午前9時～午前10時

▶場 所：中城村民体育館

▶対象者：女性限定（高校生以下不可）



▶募集人数：20名（運動制限のない方）※中城村外の方でも申込可能。

▶受講料：大人2,500円（全5回分／保険料込）

※欠席の際の返金はありませんのでご了承ください。

▶募集開始：令和6年4月15日（月）～※定員に達した時点で締め切ります。

申込みから1週間で定員に達した場合は、事務局抽選となります。

抽選結果については、事務局よりご連絡します。

※抽選後、参加が決定した方は、参加料を事務局（中城村民体育館内窓口）

までご持参ください。また、事務局にて申込書の記入もあります。

▶申込方法：募集期間から電話受付にて対応しております。

▶受付時間：平日、土日9時～22時、祝日9時～17時 ※毎週火曜日休館日。

▶持ち物：動きやすい服装、ヨガマット、タオル、飲み物

▶その他：教室参加中に撮影した写真を村広報やホームページなどに使用することがあります。写真掲載されることに支障がある方は事前にお申し出ください。

【お問合せ／申込み】

吉の浦総合スポーツクラブ事務局（中城村民体育館内）

〒901-2407 中城村字安里190番地 電話：098-895-3707