令和6年度第1期

高井戸温水プール指定管理者主催　ヨガ教室　一覧

教室名	日程	曜日	回数	時間	場所	対象者	参加料	定員	応募期間
火曜ヨガ教室①	4/2　9　16　23　5/7　14　21　28	火	8	9:30～10:30	プール付属室	16歳以上 あお向けで横になれる方	9600円	9人	2月15日 ～ 2月23日 （必着）
火曜ヨガ教室②	4/2　9　16　23　5/7　14　21　28	火	8	11:00～12:00					
木曜ヨガ教室①	4/4　11　18　25　5/9　16　23　30	木	8	9:30～10:30					
木曜ヨガ教室②	4/4　11　18　25　5/9　16　23　30	木	8	11:00～12:00					
金曜やさしいヨガ教室①※1	4/5　12　19　26　5/10　17　24　31	金	8	9:30～10:30					
金曜ヨガ教室②	4/5　12　19　26　5/10　17　24　31	金	8	11:00～12:00					
水曜夜間ヨガ教室①	4/3　10　17　24　5/8　15　22　29	水	8	18:15～19:15		16歳以上で杉並区内在住・在学・在勤の方 あお向けで横になれる方			
水曜夜間ヨガ教室②	4/3　10　17　24　5/8　15　22　29	水	8	19:30～20:30					

※1金曜やさしいヨガ教室①は、ゆっくり無理なく動きたい方向けのやさしい教室となっております。

その他の教室も初心者もご参加できます。

申込方法　　往復はがきにてお申し込みください。往復はがきは抽選にのみに使用し、ほかの用途には使用しません。

お問い合わせ先　　TEL03-3331-7841　　高井戸地域区民センター1階総合受付までお問い合わせください

往復はがき送付先　　〒168-0072　杉並区高井戸東3-7-5　高井戸温水プール　スポーツ教室係

※往復はがき申込方法　　下記に従い、往信欄の裏には参加希望教室・氏名(フリガナ)・年齢・性別・住所・電話番号をご記入ください。

1教室1枚で、お一人様最大3教室までの応募となっております。

※往復はがき申込方法

下記に従い、往信欄の裏には参加希望教室・氏名(フリガナ)・年齢・性別・住所・電話番号をご記入ください。

【往信欄】　168-0072 杉並区高井戸東3-7-5 高井戸温水プール スポーツ教室係 宛	こちらには何も 書かないでください。

【返信欄】　166-8570 （例） 杉並区阿佐ヶ谷1-15-1 高井戸　一郎　行	（例） 初心者水泳教室 高井戸一郎(タカイドイチロウ) 60歳・男・170cm 杉並区阿佐ヶ谷1-15-1 03-3331-7841

主催　高井戸温水プール指定管理者

【個人情報の取扱いについて】
お客様から頂いた個人情報はスポーツ教室申し込みとご連絡にのみ利用します。個人情報保護管理者が責任を持って管理し、第三者へ提供することはございません。個人情報の記入は任意ですが、ご記入いただけない場合、スポーツ教室の参加に支障が出る場合があります。個人情報に関する請求（利用目的の通知、開示、訂正、追加、削除、消去、利用及び提供の停止）及び苦情は次の連絡先にて承ります。

高井戸地域区民センター指定管理者　シダックス大新東ヒューマンサービス株式会社
（個人情報保護管理者　柏　　勉　事業推進室　TEL　03-6632-5026）

個人情報の取り扱いについてをご確認いただき、同意のうえお申込下さい。