

# YOGA

## ヨガ教室



# さわやか朝ヨガ いきいき昼ヨガ



週替わりで様々なスタイルのヨガを行います。  
ヨガのポーズは筋力や柔軟性を高め、ヨガの呼吸は心を整えます。  
ヨガを習慣にして、カラダとところをメンテナンスしましょう。

- ☯️ さわやか朝ヨガ 毎月第1～第4金曜日 10:00～11:15
- ☯️ いきいき昼ヨガ 毎月第2・第4金曜日 13:00～14:15

### 参加予約が必要です

右記の「個人情報の取り扱いについて」をお読みになり、同意の上、事務室またはお電話でお申し込みください。

◆個人情報の取り扱いについて◆ エスプロモ株式会社 代表取締役 坂頂昭治  
今回ご提供いただく個人情報は下記の目的で利用することとし、それ以外の目的に利用することは一切ありません。

- ①キャンセル発生時の連絡のため
- ②教室参加者名簿作成のため
- ③事故等、緊急の際の連絡のため
- ④当社ホームページや印刷物への記録写真の掲載

個人情報の提供は任意です。ただし、個人情報の提供を拒否された場合は、教室にご参加いただけませんのでご了承ください。

当社は、ご本人が容易に認識できない方法による個人情報の取得は行っておりません。

法令で定めている場合を除き、個人情報法を第三者に提供することはありません。また、個人情報を外部へ委託することはありません。

ご提供いただいた個人情報の利用目的の通知、開示、内容の訂正、追加または削除、利用の停止、消去及び第三者への提供の停止に応じます。

お問い合わせ先

「エスプロモ株式会社 個人情報保護担当窓口」

電話 0178-25-9222

受付時間 9:00～17:00(土・日・祝日、年末年始を除く)

個人情報保護管理者 東体育館 館長



## 屋内トレーニングセンター

ご予約・お問い合わせ … 0178(20)2990