

# スタジオ 甲賀 B&G

# お試し 短期教室

甲賀B&Gは  
コロナに負けない  
からだづくりを  
応援します!!



甲賀 B & G の通年クラスが 1 回から体験できます。  
このチャンスで体を動かす習慣作り始めよう!!

料 金(1回) 45分 ¥1,100 (税込) 50分 ¥1,200 (税込) 60分 ¥1,300 (税込)

\*各教室先着順にて定員になり次第、締め切らせていただきます。ご了承ください

## 朝の教室



| 番号 | 教室名        | 曜日 | 開催時間        | 時間  | 期 間        | 内 容                                      |
|----|------------|----|-------------|-----|------------|--|
| ①  | ヨガ整体       | 火  | 10:30~11:30 | 60分 | 6/8・15・22  | 肩こりや腰痛予防したい方必見!                          |
| ②  | 初級ピラテス     | 木  | 9:45~10:45  | 60分 | 6/10・17・24 | 体のゆがみを整えよう。                              |
| ③  | よくばり(楽ヨガ)  | 金  | 11:10~12:00 | 50分 | 6/11       | ヨガとエアロを隔週で行なう<br>よくばり教室。<br>最終週のみバレトンです。 |
| ④  | よくばり(楽エアロ) |    |             |     | 6/18       |  |
| ⑤  | よくばり(バレトン) |    |             |     | 6/25       |  |
| ⑥  | 朝ヨガ        | 土  | 9:40~10:40  | 60分 | 6/12・19・26 | 心も体もスッキリ朝美人(^_^)                         |
| ⑦  | バレトン       | 土  | 10:50~11:40 | 50分 | 6/12・19・26 | 姿勢を改善して美しいボディラインに!                       |

| 番号 | 教室名      | 曜日 | 開催時間        | 時間  | 期 間        | 内 容             |
|----|----------|----|-------------|-----|------------|-----------------|
| ⑧  | アロマヨガ    | 火  | 14:00~15:00 | 60分 | 6/8・15・22  | アロマの香で癒されよう♡    |
| ⑨  | ヨガ&ピラティス | 金  | 13:00~14:00 | 60分 | 6/11・18・25 | ヨガとピラティスでスタイルUP |
| ⑩  | アロマヨガ    | 土  | 16:00~17:00 | 60分 | 6/12・19・26 | アロマの香で癒されよう♡    |

## 昼の教室

## 夜の教室

| 番号 | 教室名     | 曜日 | 開催時間        | 時間  | 期 間        | 内 容                 |
|----|---------|----|-------------|-----|------------|---------------------|
| ⑪  | リラックスヨガ | 火  | 19:00~19:50 | 50分 | 6/8・15・22  | ヨガでリラックスしよう。        |
| ⑫  | かんたんエアロ |    | 20:00~21:00 | 60分 |            | 楽しみながらシェイプアップ!      |
| ⑬  | ヨガ      | 水  | 19:00~19:45 | 45分 | 6/9・16・23  | 短めのヨガクラスはいかがですか?    |
| ⑭  | 脂肪燃焼エアロ |    | 20:00~20:45 |     |            | 音楽♪によって脂肪を燃やそう!     |
| ⑮  | パワーヨガ   | 木  | 20:00~21:00 | 60分 | 6/10・17・24 | たっぷりヨガを楽しみたい方におすすめ! |
| ⑯  | アロマヨガA  | 金  | 19:20~20:20 | 60分 | 6/11・18・25 | アロマの香で癒されよう♡        |
| ⑰  | アロマヨガB  |    | 20:30~21:30 |     |            |                     |

無料体験も実施中!!

TEL0748-88-5887

詳しくは甲賀 B&G  
フロントまで!!

### スタジオ短期教室開催要項

#### 【募集期間】

2021年5月25日(火)~教室開催日当日まで  
※先着順にて受付いたします。

#### 【申込方法】

右記の受講申込書に必要事項を記入の上、受講料を添えて  
当海洋センター受付までお申込みください。  
※FAX 申込可 開催日の前日までに受講申込書と受講料をお持ちください。

#### 【その他】

申込後の自己都合によるキャンセル時の返金につきましては、教室開講  
前日までは、受講料の全額を返金し、教室当日・開始後の返金はいたし  
ません。

#### 【お問い合わせ】

甲賀市甲賀 B & G 海洋センター

滋賀県甲賀市甲賀町鳥居野 1037-1

TEL 0748-88-5887/FAX 0748-88-5883



### 【受講申込書】

|        |                |       |            |
|--------|----------------|-------|------------|
| 受講教室番号 | 教室番号           | 教室番号  | 教室番号       |
| フリガナ   | 保護者氏名※未成年者のみ記入 |       |            |
| 氏名     |                |       |            |
| 住所     | (〒 - )         |       |            |
| 生年月日   | 年              | 月     | 日 ( 歳) 男・女 |
| 電話番号   | ( )            | 緊急連絡先 | ( )        |

\*お預かりいたします個人情報を受講登録及び当海洋センターからのご案内に活用する以外はご本人の同意無しに開示いたしません。