

機能改善ヨガ初めての方
も受講可能です！



いきいき・のびのび
健康づくり協会

大阪会場

機能改善ヨガスキルアップセミナー ～フローヨガ～

2019年12月8日(日) 10:00～17:00(休憩1時間含む)

立位のポーズを連続して行うヨガを
習得しましょう！
呼吸に合わせ、リズミカルにポーズ
を行うことで、集中力向上・リフ
レッシュ効果を得ることができます。
機能改善体操を取り入れての
「フローヨガ」は、ヨガ愛好家は
もちろん、アクティブシニアの方にも
オススメです！



●受講費用(税込)

非登録員 26,400円

登録員(初回) 23,100円

登録員(再受講) 13,200円

※当日、現金でのお支払は、受講料+ 550円となります。

●定員：20名(先着順)

●担当講師：川瀬 ひとみ (当協会講師/健康運動指導士/他)

●持参物：動きやすい服装、スポーツタオル、筆記用具、スモールボール
機能改善ヨガテキスト(再受講の方、機能改善ヨガベーシック受講者の方)

●会場：からだの学舎Re-fit TEL:072-260-4085

〒591-8023 大阪府堺市北区中百舌鳥町5丁764-2 中百舌鳥ビル2F

<http://karadanomanabiya.com>



川瀬

<申込方法 ①電話申込>

- (1) 下記までお電話下さい ※留守番電話での受付は致しかねます
 ● 協会事務局：072-253-1757 (月～金曜 ⇒10:00～15:00)
 (2) 申込用紙に必要事項を記入の上、協会事務局までFAX (072-253-1757) をお送り下さい
 (3) 受講料をお振込み下さい ※申込受付から2週間以内

<申込方法 ②メール申込>

- (1) 協会ホームページ <http://www.ikinobi.org/> の「講習会申込」画面を読み取り必要事項を入力してメール送信を行って下さい
 (2) 確認の返信メールをお送りします
 ※申込完了は返信メールが届いてからとなります
 ※営業時間外に届いたメールは、返信が遅れることがございます
 (3) 受講料をお振込み下さい ※申込受付から2週間以内

振込先:三菱UFJ銀行 泉ヶ丘支店 普通:4730531

特定非営利活動法人いきいき・のびのび健康づくり協会

FAX番号⇒072-253-1757まで!

申込日 年 月 日

機能改善ヨガスキルアップセミナー・フローヨガ (2019年度) 受講申込書 (大阪会場)

〔フリカナ〕		〔性別〕 (男・女)	
〔氏名〕		〔生年月日〕 西暦でご記入下さい 年 月 日 (満 歳)	
〔住所〕〒 —			
〔連絡先〕 (自宅)		(FAX)	
(携帯)		(MAIL)	
〔勤務先名と住所〕 勤務先名: 〒 — (TEL) (FAX)			
指導内容	指導歴 (年)	指導内容	指導歴 (年)

以前「機能改善ヨガ指導員養成講習会」を受講したことがある方 (年 月) / 会場

※該当する□に✓印をつけて下さい

☐ 非登録員	26,400円
☐ 登録員 (初回 / №: N—)	23,100円
☐ 登録員 (再受講 / №: N—)	13,200円
☐ ボール購入希望 (再受講の方)	1,188円

お振込日	年 月 日
振込銀行	銀行 支店
受講料 (合計)	円

●振り込まれた受講料は、ご返金できません。ご本人が参加できない場合は、代理人の方をたてられることをお勧めします。