

申込書

ヨガ合宿 IN 下部温泉

なるべく8月15日までにお申し込みください

申込日

平成 年 月 日

私は参加費用を納入し申し込みます。

ふりがな			
氏名		性別	男・女
住所	〒		
連絡先	()	携帯	
生年月日	年 月 日	年齢	
出発地 (バス利用)	<10:30出発> 静岡駅南口	1日(土) 昼食は各自ご用意ください。	扱い者

※国内旅行保険に加入しますので、氏名・住所・生年月日は正確にご記入願います。個人情報の取扱には責任をもって対応致します。

<旅程> 11:40
9/1(土) 静岡駅南口ロータリー——国道52——下部ホテル(12:00着)——昼食は各自お済ませください——ヨガ13:00~21:30
9/2(日) ヨガ——入浴——昼食(会費に含まれる)——下部ホテル出発13:30——静岡駅解散16:00

キリトリ

領収書

平成 年 月 日

金額 円

内訳: ヨガ合宿参加費として

フィジカルヨガ普及協会
(有)アクト企画

扱い者氏名

キリトリ

スケジュール

会場: 2階多目的ホール

9月1日(土)	9月2日(日)
10:30~ 静岡駅南口ロータリー出発	6:30~6:50 「朝ウォーキング・朝ヨガ・呼吸法」 <MAI> <安本理津子>
12:00~12:50 下部ホテル着・昼食	7:00~8:50 朝食・入浴 <荷物をまとめて会場へ>
13:00~13:15 オリエンテーション(自己紹介、スタッフ紹介)	9:00~9:50 「寝ヨガ・マルマヨガ」 <谷津博康>
13:30~15:00 「骨格筋ムーヴメント」 <田辺 直恵>	9:50~10:50 「リズムステップヨガ」 <井上麻子先生>
15:00~16:30 「中上級アサナ」 <井上麻子先生>	10:50~11:50 「インドの話」 <ニーラ先生>
16:30~18:00 「瞑想・呼吸補・ヨガ哲学」 <ニーラ先生>	12:00~13:30 閉会式・昼食
18:00~18:30 チェックイン<各部屋へ移動>休憩	13:30 バス出発-----16:00静岡駅解散
18:30~19:30 夕食	研修代金振込先 清水銀行 大岩支店 普通口座 2134927 有限会社アクト企画 ゆうちょ銀行 記号:12340 番号:12931581 有限会社アクト企画 ※振込手数料は恐れ入りますがご負担下さい。
19:30~20:30 餅つき参加・入浴	
20:30~21:30 「座談会」 自由参加 ◎客室にて	

◎注意事項---申込書にご記入の上、ご入金確認後にて申し込みとさせていただきますのでご了承ください。

■参加費用は上記口座に振り込み、もしくは指導員にお渡し下さい。振込手数料はご負担下さい。

■土曜の昼食は各自でご用意ください。

※キャンセル料について---原則としてキャンセルはできないものとしますが、

平成30年8月20日以前については手数料5% 8月21日~25日は50% 8月25日以降は100%とさせていただきます。

送信先

FAX:054-266-3002