南陽プール 第3期 定期スポーツ教室

MOVE ON 2026

体が変わると、心が笑う。

体が硬くても大丈夫。
深呼吸をしながら、ゆっくり体を整える健康ヨガです。
初めての方も安心してご参加いただけます。

健康ヨガ教室3



11/22(日)より
申込開始

[開講時間]
10:15 ～ 11:45

[日 程]
1月 13日(水)・20日(水)・27日(水)
2月 3日(水)・10日(水)・17日(水)・24日(水)
3月 3日(水)・10日(水)・17日(水)

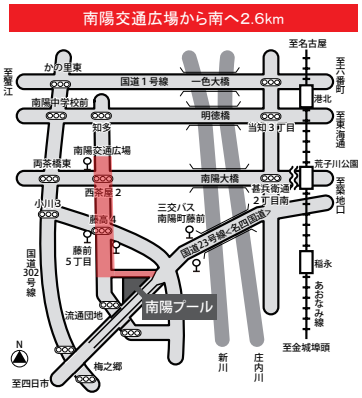
- 会　　場　名古屋市南陽プール　軽運動室
- 講　　師　ヨーガ倶楽部マハーン･パドマ指導員
- 持 ち 物　運動のできる服装・タオル・飲料水など
- 参 加 料　全 10 回　3,300円 ※スポーツ･レクリエーション傷害補償制度を設けています。
- 対　　象　一般（中学生を除く 15 歳以上）
- 定　　員　30名　★締切日／12月23日（水）
- 申込方法　インターネット（名古屋市電子申請）・往復ハガキ

◆インターネットの場合
①https://ttzk.graffer.jp/city-nagoyaにアクセス
②検索窓 南陽プール と入力
③健康ヨガ教室3の申込み手続きへとお進みください。

★ケータイからのお申込みはこちら↓

◆往復ハガキの場合
◎往信表面に宛先は南陽プールとして南陽プールの郵便番号、住所をご記入。
◎往信裏面に①教室名②参加者の氏名（ふりがな）③年齢④郵便番号・住所
⑤電話番号をご記入。◎返信用表面に申込みされる方の郵便番号・住所・氏名をご記入。
◎返信裏面は未記入。

■公開抽選等
受付締切日に定員を超えた場合は、翌日の 14:00 から南陽プールにて公開抽選となります。
なお、抽選の場合、南陽プールへお越しいただく必要はありません。



NESPA
名古屋市南陽プール
〒455-0855名古屋市港区藤前四丁目701番地
指定管理者（公財）名古屋市教育スポーツ協会
TEL 052-303-2015
FAX 052-303-2016
南陽プール 検索

この印刷物は、古紙パルプを含む再生紙を使用しています。
◎駐車場：56 台【料金】1回につき 300円。(30分以内は無料)