



# 心とカラダのリセットヨガ

活動予定日：水曜日

時間：19:30～20:45

活動場所：鶴城ふれあいセンター

指導者：伊藤 ゆうみ

持ち物：運動しやすい服装 ヨガマット 飲み物



2024年2月27日発行

10月	9.16.23	11月	6.13.20
12月	4.11.18	1月	15.22.29
2月	5.12.19	3月	12.19

問い合わせ：つるしろスポーツクラブ事務局 TEL・FAX 0563-56-0082

【鶴城体育館内 火～金 午前9時～午後3時 土日月祝休】

ホームページ：<http://www.katch.ne.jp/~tsurushiro-sc> Mail：[tsurushiro-sc@katch.ne.jp](mailto:tsurushiro-sc@katch.ne.jp)

※ 公共施設の敷地内は全面禁煙となっております。ご注意ください。

日程変更の電話連絡は致しかねます。当クラブのホームページやInstagramをご確認ください。

## 西三河南部地方に暴風警報発令時の各会場について

### 【体育館・ふれあいセンター】

- ① 開館時間前の発令は、そのまま閉館となります。
- ② 開館後の発令は速やかに閉館となります。
- ③ 1. 体育館は、解除2時間後に、開館します。  
例)午後5時に解除された場合は、午後7時より開館  
2.. ふれあいセンターは、解除後に、開館します。  
但し、解除後すぐは危険です。1～2時間後の行動を推奨します。



【学校開放】 午後4時に解除されない場合は、当日の利用は中止となります。

☆ つるしろスポーツクラブの判断により、教室・サークル活動を中止とする場合があります。

上記の内容をご確認のうえ、各自判断をお願い致します