



おうちでYOGA

リモートヨガ教室(zoom)

1回400円(税込)

申込はWEBから

3/14(日)9:00~先着順(49人)



申込QRコード



3/25(木)9:30~10:10

①ヨガ教室

初心者の方からヨガ経験者の方にも楽しんで参加できるレッスンです。身体をほぐして心身ともにリラックスしましょう。



インストラクター
佐藤 幸

【指導レッスン】
・亀戸スポーツセンター
ヨガ教室等

3/30(火)13:30~14:10

②気楽にヨガ教室

ヨガのポーズや呼吸法をベースに心身ともにリラックスできる「癒し系」の教室です。



インストラクター
飛田 大輔

【指導レッスン】
・江東区スポーツ会館
気楽にヨガ教室
・有明スポーツセンター
ナイトリフレッシュヨガ等

詳細・注意事項は次ページをご覧ください。

○教室参加に伴う注意事項

- 教室参加にはウェブ会議用アプリケーション「ZOOM」が必要となります。利用する端末（PC、タブレット、スマートフォン等）に事前にダウンロードをお願いいたします。
URL <https://zoom.us/>
- 教室申込後に入金に関するメールをご登録いただいたメールアドレスに送信いたします。メール到着から5日以内に最寄りのスポーツセンター（スポーツ会館、深川スポーツセンター、亀戸スポーツセンター、有明スポーツセンター、東砂スポーツセンター、深川北スポーツセンター及び健康センターで受講料をお支払いをお願いいたします。
- 入金確認後にZOOMへの接続確認用のURLをご登録いただいたメールアドレスに送信いたします。接続確認をお願いいたします。接続できない場合は下記の問い合わせ先にご連絡ください。
- 入金確認後に参加用IDをご登録いただいたメールアドレスに送信いたします。参加用IDは本人のみ利用可能です。他人への譲渡はできません。
- 参加の際には、画面上に参加者がランダムに5名ずつ写ります。あらかじめご了承ください。
- 主催側確認端末で問題なく受信できている場合、利用者の環境による映像の乱れ等の通信障害についてはご自身で調整をお願いいたします。また、その際には返金対象外となります。
- 推奨環境
 - サポート対象のOS
 - 【Mac】 MacOS 10.9以降を搭載のMac OS X
 - 【Windows】 Windows 10、Note：Windows 10を実行しているデバイスでは、Windows 10 Home、Pro、またはEnterpriseを実行する必要があります。Sモードはサポートされていません。Windows 8または8.1Windows 7
 - 【サポート対象のブラウザ】
 - Windows：IE 11以降、Edge 12以降、Firefox 27以降、Chrome 30以降
 - Mac：Safari 7以降、Firefox 27以降、Chrome 30以降
 - Linux：Firefox 27以降、Chrome 30以降

【お問合せ先】亀戸スポーツセンター 03-5609-9571