

# 【日帰りヨガイベント(11月開催) 募集要項】

## 【募集要項】

開催日	①11月7日(金) / ②11月15日(土)
開催場所	①LAVA 笹塚店(東京都渋谷区笹塚1-58-6 マルシンビル 3F) ②養源寺(東京都文京区千駄木5丁目38-3)
参加対象	TJKの組合員(中学生以上) ※レッスン当日にTJKの資格を有する方
申込受付	1次受付 9月16日(火) ~10月5日(日) ※定員を超えた場合は抽選 2次受付 10月9日(木) ※定員満たない場合のみ ➡WEB申込、もしくは、申込書をリゾート予約センターへ郵送またはFAXしてください。
募集人数	①40名 ②30名
レッスン内容	①スタジオレッスン LAVAのホットヨガスタジオにて“疲労回復×マインドフルネス”を開催。体を温めながら日々の疲れが和らぐようなレッスン。 ②寺ヨガ お寺の本堂にて“骨格メソッド×マインドフルネス”を開催。非日常的な空間で自分自身と向き合う時間に。
参加料金	2,000円(レッスン代・ヨガマットレンタル代含む) ※交通費は別途発生

## 【当落結果について】

10月8日(水)頃にメールまたは書面にてお知らせいたします。

## 【詳細について】

当日詳細は、書面にて当選者様のご自宅宛てに発送いたします。

## 【レッスン当日】

レッスン当日は受付にて資格確認を行いますので、資格確認書類をご提示ください。

## 【注意事項】

キャンセルについては **10月23日(木)17:00** までにTJKリゾート予約センターまでご連絡ください。

**上記以降のキャンセルにつきましては、キャンセル料が発生いたしますのでご注意ください。**

**【スケジュール】**※現時点でのスケジュールとなります。

**10月3日(金) — LAVA 銀座本店**

18:00~18:20 受付

18:30~19:30 疲労回復ヨガ×マインドフルネス

**10月18日(土) — 養源寺**

13:30~13:50 受付

14:00~14:30 座禅

15:00~16:00 骨格メゾット×マインドフルネス

お問い合わせ・キャンセル等のご連絡は、下記までお願いいたします。

TJKリゾート予約センター : 03-3239-9814