【YOGAHOME初回体験エントリーシート】（Email提出用のテキスト版）

下記の質問文をコピーして、Emailにペーストの上、ご回答ください。

回答内容は、下記の件名と宛先で体験日の前日までにお送りください。難しい場合は、当日スタジオで書面でのご記入もできます（20分前に集合をお願いします）。

件名：初回体験エントリーシート

宛先：　[info@m-yogahome.jp](mailto:info@m-yogahome.jp)

＝＝＝＝＝＝＝

＊は回答必須。

＜①基本情報＞

【ウェブ予約したクラスの日付とクラス名】\*

■開催日：

■クラス名：

【ご本人について】

■お名前\*

■お名前（ふりがな）\*

■メールアドレス\*

■ご住所(都道府県より)\*

■電話番号 (半角数字)\*

■性別\*：

□女性　□男性　□その他

■生年月日(西暦で)\* ：

■ご職業 ：

■連絡手段として使うもの\*（複数選択可）

□Eメール　□LINE　□その他

 ■クラス中の講師により体を触れるアシスト\*

□許可する　□許可しない

■YOGAHOMEの最新情報が届く公式LINEに登録していますか？（初回体験が500円割引になります）

□はい　□いいえ

■クラス中緊急時の連絡先\*

＊ご本人との関係とお名前 ：

＊電話番号（半角数字）：

<②クラス受講に関する同意書>（必須）

下記の⑥項目について確認と同意をお願いします。

①スタジオでは、講師の指示に従ってください。講師の指示に従っていただけない場合は、クラスの受講を控えていただく場合があります。

②クラス参加に関連のある健康上の不安がある場合は、必ず医師の判断をあおぎ、承認を得てから参加してください。

③無理な行いによって実践中に怪我や障害がおこる可能性を理解し、無理な行いは絶対に避けてください。万一怪我や障害など起きても、講師に故意や重過失がない限りは責任を負いかねます。

④私物や貴重品の管理、駐車場の利用は、ご自分の責任のもとで行ってください。

⑤クラス内で得た参加者の情報やシェアリングの内容について、守秘義務があることをご理解ください。また、安全な実践の場の妨げとなる行為（講師や受講生への迷惑行為、勧誘、セールス、つきまとい等）があった場合、受講をお断りいたします。

⑥クラス中に記録用の写真撮影をすることがあります。ヨガホームのクラスの広報のため、受講者のプライバシーに配慮した形で、ウェブサイトなどに公開することがあります。ご協力をお願いいたします。

□確認の上、同意する。

□質問があるので今は同意できない。（クラス参加の際にご質問ください）

＜③アンケート＞

１：これまでヨガや瞑想をした経験はありますか？

　　□ない　□多少ある　　　□ある

２：１で「多少ある」「ある」と回答した方、どのようなスタイルで、どのくらいの期間を経験しましたか？

３：今回ヨガクラスに参加してみようと思ったきっかけはなんですか？よかったら具体的に教えてください。（下記例に☑️をつけるのでもOKです。複数回答可）

□リラックスしたい

□ストレスを解消したい

□運動不足を解消したい

□もっと健康になりたい

□肩や背中のこりを解消したい

□疲労回復したい

□心身のセルフケアをしたい

□ダイエット

□美容

□自分と向き合いたい

□マインドフルネスや心の実践に興味がある

★よかったら具体的にお聞かせください：

４：当スタジオをどこでお知りになりましたか？

□インターネット検索　（具体的に　　　　　　　　　　　　　　　　　　）

□看板　（□スタジオ前　□西郷IC前　）

□ちらし　（場所　　　　　　　　　　　　）

□ご紹介　（お名前　　　　　　　　　　　　）

□SNS　　（instagram, Facebook ）

□その他　（　　　　　　　　　　　　　　　　）

５：実践に関係のある心身の不調や痛みのある方は、教えてください。

６：その他、不安な点、事前に伝えておきたいことがあれば、遠慮なく教えてください。

7：オーナー講師の堀桃代の無料メルマガでは８週間にわたって動画とテキストが届くマインドフルネス瞑想の講座をプレゼントしています。よかったら、登録しませんか？（いつでも解除可能）

□希望する

□希望しない

□既に購読している

以上、ご協力ありがとうございました。