



総合体育館からのお知らせ

短期Ⅱ期(9月～12月)スポーツ教室参加者募集!!



健康フラダンス



モーニング・ヨガ

そう快



教室名	曜日・時間	場 所	対 象	定員(人)
そう快(運動習慣支援)	(火) 9:50～10:50	総合体育館 格技場Ⅱ	16歳以上	35
リラクゼーション・ヨガ	(火) 13:00～14:00	総合体育館 格技場Ⅰ	16歳以上	40
美姿勢ヨガ	(水) 11:00～12:00	総合体育館 格技場Ⅰ	16歳以上	40
健康フラダンス	(水) 11:15～12:15	総合体育館 格技場Ⅱ	16歳以上の女性	20
モーニング・ヨガ	(木) 9:00～10:00	総合体育館 格技場Ⅰ	16歳以上	50
フィットネスエアロビクス	(木) 15:00～16:00	総合体育館 格技場Ⅱ	16歳以上の女性	30
はつらつフィットネス	(木) 19:45～20:45	総合体育館 格技場Ⅱ	16歳以上	35
リフレッシュ・ヨガ	(金) 15:00～16:00	総合体育館 格技場Ⅰ	16歳以上	40

(全 10 回)

申 込 方 法

■往復はがきの往信用に住所・氏名・年齢・性別・電話番号・教室名を記入の上、
『〒676-0807 高砂市米田町島526 高砂市総合体育館』
までお申し込み下さい。(お問い合わせ) 079-432-9090

■締め切り：8月10日(土) ※当日消印有効

注) 1枚につき1名1教室の受付となります。(複数申込可)

(参加費は1教室5,000円)