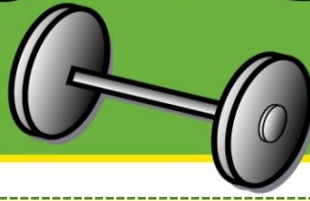


女性レクスポーツ教室



30代～70代の方に人気のある教室です。
自宅でも出来る簡単ストレッチやトレーニングだけでなく、
普段触れる機会のないニュースポーツも体験できます！
お仕事や家事の気分転換に！
運動不足を解消したい方におすすめです！



- 日 時 9：30～11：30 水曜日（全10回）
- 講 師 伊藤 鈴子 先生・渡辺 たまき 先生
- 定 員 50名（女性限定）
- 受講料 5,500円

日程

第 1 回	第 2 回	第 3 回	第 4 回	第 5 回
1月8日	1月15日	1月22日	1月29日	2月5日
第 6 回	第 7 回	第 8 回	第 9 回	第 10 回
2月12日	2月19日	2月26日	3月5日	3月12日

申込日：令和6年12月4日（水）11：30～11：45

※11：30～11：45に整理券を配布、11：45から説明開始

※お電話での予約・申込はできません。

※抽選になった場合は、当日会場にいらした方が優先になります。

※当日会場に来られない方は往復はがき、またはHP教室ガイドから仮申し込みができます。（12/3必着）

★申込後、空きのある場合は、定員になるまで窓口、または教室ガイドにて受け付けます。

