

無

料

体

験

7月中は
何度でも
ご参加出来ます!
申込開始
6/10(月)10:00~

レッスン受付中



★ レッスン名/担当者	時間/場所	無料体験 日程			
初心 太極拳 対象：18歳以上 樹下 律子	火曜日 16:15~17:15 多目的室3	7/2	7/9	7/23	7/30
太極舞~タイチーダンス~ 対象：18歳以上 金木 敦子	水曜日 9:30~10:30 多目的室3	7/3	7/10	7/17	7/24
シェイプアップ教室 対象：18歳以上 竹原 美樹	水曜日 11:00~12:00 多目的室3	7/3		7/17	7/31
リンパマッサージ&ピラティス 対象：18歳以上 南 巳沙貴	水曜日 12:30~13:30 多目的室3	7/3		7/17	7/31
フレイル予防教室 対象：60歳以上 野中 洋	水曜日 16:15~17:15 多目的室3	7/3	7/10	7/17	7/24
初めてのバレエ教室(キッズ) ※対象：小1~小3 中野 礼奈	木曜日 16:30~17:30 多目的室2	7/4	7/11	7/18	7/25
フィットネス フラダンス naniAloha 対象：18歳以上 檀原 まゆ美	金曜日 12:00~13:00 多目的室3	7/5	7/12	7/19	7/26
生活筋力向上プログラム 対象：40歳以上 高田 未生菜	金曜日 13:45~14:45 多目的室3	7/5	7/12	7/19	7/26

上記、無料体験を ご希望される日に○をしてください。(複数申込可) ※実施日前日までにお申し込み下さい。

ふりがな		性別
氏名		男・女
生年月日	年 月 日 (歳)	
連絡先	—	—

名簿記入
PC入力
日付印を押す
用紙をコピー
コピーをお渡し



※定員に達し次第、受付を終了させていただきます。予めご了承下さい。