

おなかスッキリ！ピラティス

対象 18歳以上の男女

受講料 ¥7,200（全10回）

時間 11:30～12:30

場所 健康体力相談室

定員 14名

下記の日程で開催いたします

| 10月 | | | | | | | 11月 | | | | | | | 12月 | | | | | | |
|-----|----|----|----|----|----|----|-----|----|----|----|----|----|----|-----|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 29 | 30 | | | | | | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

開催日 休館日

申込方法

★ 重要事項 ★

9月1日（火）より各教室参加申込みを開始いたします。

募集定員を超えた場合は抽選となる場合がございます。予めご了承ください。

教室受講料のお支払いに関しましては別途ご案内いたします。

受付期間

2020年9月1日（火）～9月15日（火）

1. 体育館窓口にて申込みを行う場合

- ・ 体育館の事務所へ直接お越しください。【 受付時間 10:00～21:00 】
- ・ 応募教室名、氏名、生年月日、電話番号等のご記入をいただき申込み完了となります。

1. お電話にて申込みを行う場合

- ・ 体育館へ直接お電話ください。【 受付時間 10:00～21:00 】
- ・ 応募教室名、氏名、生年月日、電話番号等の聞取りをさせていただき申込み完了となります。