

スポーツ教室体験参加のご案内

教室の内容を知りたい！ 1回体験したい！
どんな雰囲気か知りたい！ 方など
1回分の受講料で体験参加が可能です



健康体操(水)

* 対象教室：定員に空きがある教室（HP・館内情報をご確認下さい）

* 実施期間：2月25日（水）～3月3日（火）

* 体験料：1回 600円

* 定員：各3名 程度▶人数に達した場合は募集を締め切らせていただきます

* 持ち物：運動に適した服装、室内専用の運動靴、参加費
シューズ袋（外履き用）、飲み物、タオル

予約方法・問い合わせ

2月13日（金）13時～ 予約を受付致します。

※ 事前予約が必要です。

電話（043-290-8502） または 窓口（スポーツ科学センター2階） まで

- ① 希望教室・希望日の空き状況を確認
- ② お名前・連絡先を伝えて下さい。



人数に空きがある場合は、開催当日 20分前まで会場で受付致します。



【 第4期 体験参加対象教室 】

対象教室	曜 日	体験可能日	受入れ人数
エンジョイヨーガ (9:30~10:40)	火	3/3	各2名
ズンバ (11:30~12:30)			
ボクシングシェイプ (19:30~20:30)			
シェイプエアロ&骨盤エクササイズ (9:30~10:30)	水	2/25	2名
健康体操 (13:30~14:30)			3名
バレトン&ボディケア (11:30~12:30)	木	2/26	2名
リフレッシュ体操 (13:00~14:00)			3名
エアロ&筋コンディショング (19:30~20:30)			2名
カラダ調整エアロ (9:30~10:30)	金	2/27	2名
エアロ&体幹トレーニング (11:30~12:30)	土	2/28	各3名
太極舞 (15:30~16:30)			
ズンバ (19:00~20:00)			

キリトリ

体験参加申込書

過去にスポーツ教室に参加したこと ⇒ (ある・初めて)

希望教室 日にち	① 月 日 ()	② 月 日 ()
住所	〒	
ふりがな 氏名		性別
生年月日	年 月 日 () 歳	TEL
		男 · 女
		— —