

エアロサーキット

4/2~6/11 火曜日開催
10:00~10:50

有酸素運動のエアロビクスと
筋トレを交互に行う事で、
短時間で効率よく脂肪燃焼させます。
引き締まった身体を目指しましょう！
初心者の方でも
インストラクターが丁寧に教えます。



対象 一般(高校生以上)

定員 10名

申込期間 2/16(金)~3/15(金)

抽選日 3/16(土)

持ち物 運動の出来る服装、室内シューズ、
タオル、飲み物

場所 西尾勤労会館

受講料 ¥5,280 全8回分

※詳細は裏面をご確認下さい。

教室詳細

開催日程

| | | | | | |
|--------|----|-----|-----|--------|----|
| 教室 火曜日 | 定員 | 10名 | 受講料 | 5,280円 | 8回 |
|--------|----|-----|-----|--------|----|

| | | | | | |
|----|-------------|------|------|------|--|
| 日程 | 火曜日 | 4/2 | 4/16 | 4/23 | |
| | エアロサーキット | 5/14 | 5/21 | 5/28 | |
| | 10:00~10:50 | 6/4 | 6/11 | | |
| | | | | | |

| | |
|-----|------------------------|
| 持ち物 | 運動できる服装、タオル、飲み物、室内シューズ |
|-----|------------------------|

| | | | |
|------|-----------------|-------|---------|
| 募集期間 | 2/16(金)~3/15(金) | 抽選発表日 | 3/16(土) |
|------|-----------------|-------|---------|

| | | | |
|-------------------------------|----------|----------------------|----------|
| ↓↓ 申し込み方法 ↓↓ | | | |
| ◎申込期間内に電話又は、窓口にて直接お申込みください。 | | Tel 0563 - 59 - 1100 | |
| ◎受付に伴い下記のことをお聞きしますので、お答えください。 | | | |
| ①お名前(フルネーム) | ②年齢・学年など | ③性別 | ④希望する教室名 |
| その他 | | | |

- ・申込時に記入して頂いた個人情報、教室運営以外には使用致しません。
- ・家族間、友人間などでの譲渡は禁止とさせていただきます。
(教室の参加は申込者本人のみとさせていただきます。)
- ・お客様都合によるお支払い後の返金は、お受けいたしておりません。
- ・定員を超える申込があった場合は抽選とし、申込締切日の翌日正午に抽選を行います。
- ・募集期間中に最少人数に達しなかった教室は、開催しないことがあります。
- ・定員に達しなかった教室は途中参加も可能です。(事務所までお問い合わせください。)
- ・会場(部屋)・講師・日程などは都合により変更する場合がございます。
- ・定員を超える応募があり、抽選となる場合は下記の方を優先させていただきます。
 - 1) 西尾市民の方
 - 2) これまでに当教室を受講されたことがない方
(前回/前々回の受講がない場合は上記に該当する)

主催 西尾勤労会館(指定管理者 シンコースポーツ中部株式会社)
〒444-0305
西尾市平坂町山崎9-1
Tel (0563)59-1100
URL <https://www.nishio-kinrou.com/index.html>

