

西尾勤労会館 2024年度 秋期講座

マットサイエンス

ピラティスとヨガを組み合わせた
マットエクササイズです
体幹の意識を深め、強化することで
身体を安定させる筋肉を作ります



日程：10月5日～12月7日（土曜日）

時間：10時45分～11時45分

受講料：3,960円（全6回）

持ち物：運動のできる服、タオル、飲み物、
ヨガマット（お持ちの方）

詳細は裏面でご覧ください

教室詳細

開催日程

土曜日	定員	15名	受講料	3,960円	6回
-----	----	-----	-----	--------	----

日程	土曜日	10/5	10/19	11/2	11/9
	10:45~11:45	11/30	12/7		

持ち物	運動できる服装、タオル、飲み物、ヨガマット（お持ちの方）
-----	------------------------------

募集期間	8/16（金）~9/15（日）	抽選発表日	9/16（月）
------	-----------------	-------	---------

↓↓ 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			
<ul style="list-style-type: none">・申込時に記入して頂いた個人情報は、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。			

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	 NISHIOKINROU1100
---	---