

2024年度 西尾勤労会館 冬期講座



健康的な筋肉をつけて若々しい
身体作りを目指します



筋トシ&身体ほぐし



日 程：1月7日～3月25日（火曜日）

時 間：14:30～15:30

受講料：¥5,280（全8回）

定 員：15名

対 象：一般（高校生以上）

持ち物：運動のできる服装・タオル・飲み物

ヨガマット（お持ちの方）



体重の増減ではなく理想的なボディ
ラインに近づく事を重視して筋トシ
やストレッチをしていきます



教室詳細

開催日程					
火曜日		全8回		時間	14:30~15:30
1月	7日	28日		定員	15名
2月	4日	18日		受講料	5,280円
3月	4日	11日	18日	25日	

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	11/16（土）~12/15（日）	抽選発表	12/17（火）
------	-------------------	------	----------

↓↓ 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

- 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。

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