

エアロビクス

中級・初級

運動不足でストレスを感じている方、
体力の維持向上を考えている方
【エアロビクス】は、
脂肪燃焼で「痩せやすい体」を作りながらできる
有酸素運動の一つとされています。
初めての方でもインストラクターが丁寧に指導します。

4月2日(水)～6月11日(水) 19:30～20:30

中級コース各週水曜日 計10回

4月4日(金)～6月6日(金) 18:30～19:20

初級コース各週金曜日 計10回

※詳細は裏面をご確認ください

教室詳細

開催日程

水曜日クラス		中級コース				全10回	時間	19:30~20:30
4月	2日	9日	16日	23日	30日	定員	15名	
5月	14日	21日	28日			受講料	6,600円	
6月	4日	11日						

金曜日クラス		初級コース				全10回	時間	18:30~19:20
4月	4日	11日	18日	25日		定員	15名	
5月	2日	9日	16日	23日	30日	受講料	6,600円	
6月	6日							

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

募集期間	2/16(日)~3/15(土)	抽選発表日	3/18(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住所・電話番号

その他
<ul style="list-style-type: none">・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。(事務局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
---	---