

## 1月から始まる教室のご案内です



総合体育館の教室 【熟年の方向けの教室】 対象： 区内在住 又は 在勤の方

教室名	期間・回数	時間	定員	費用
熟年体操教室	【金曜コース】 1月10日～3月27日(全11回) ※3/20は休み	9:30～10:30	50名	5,500円
イスを使った体操教室	【火曜コース】 1月7日～3月31日(全12回) ※2/11は休み	10:00～11:00	35名	6,000円
	【水曜コース】 1月8日～3月25日(全12回)	9:30～10:30	30名	
はじめての太極拳	【月曜コース】 1月6日～3月30日(全11回) ※1/13、2/24は休み	10:15～11:15	各30名	5,500円
24式太極拳	【月曜コース】 1月6日～3月30日(全11回) ※1/13、2/24は休み	11:30～12:30		
マイトレーニング教室	【火曜コース】 1月7日～3月31日(全12回) ※2/11は休み	9:30～10:30		

(往信面) ①希望教室名②住所(在勤・在学の方は勤務地・学校名を記入)③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を記入

(返信面) ご自分の住所・氏名を記入※複数教室申込は不可、重複ハガキは無効、申込多数の場合は抽選

※申込締切 12月20日(金) ハガキ郵送必着、または持参

**12月10日より受付開始**