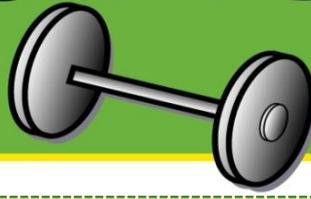


女性レクスポーツ教室



30代～70代の方に人気のある教室です。
自宅でも出来る簡単ストレッチやトレーニングだけでなく、
普段触れる機会のないニュースポーツも体験できます！
お仕事や家事の気分転換に！
運動不足を解消したい方におすすめです！



- 日 時 9：30～11：30 水曜日（全10回）
- 講 師 伊藤 鈴子 先生・渡辺 たまき 先生
- 定 員 50名（女性限定）
- 受講料 5,500円

空きのある場合は、定員になるまで事務所にて申込を受付けます。

日程

第 1 回	第 2 回	第 3 回	第 4 回	第 5 回
7月12日	7月19日	7月26日	8月2日	8月9日
第 6 回	第 7 回	第 8 回	第 9 回	第 10 回
8月23日	8月30日	9月6日	9月13日	9月20日

申込日：令和5年6月21日（水）11：30～11：45

※11：30～11：45に整理券を配布、11：45から説明開始

※お電話での予約・申込はできません。

※抽選になった場合は、当日会場にいらした方が優先になります。

※当日会場に来られない方は往復はがきでの仮申し込みができます。（6/20必着）

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、教室を変更・中止する場合があります。
最新の情報はホームページをご覧ください。お電話にてお問い合わせください。

