

令和8年度
前期

芦城センター教室

小松市芦城センター
TEL 0761-21-6821

【新設講座】初心者大歓迎！楽しく動いて、しなやかボディへ！
初めての方や体力に自信のない方も安心してご参加ください。

リズムカルな音楽で楽しく汗を流しながら、気になる部分をシェイプアップ！
運動不足解消やストレス発散、健康維持に新しい習慣を始めませんか？

楽しいエアロビクス
受講生募集
【こんな方におすす
めです】

- 運動不足を解消したい方
- ストレスを発散したい方
- 楽しく体を動かしたい方
- 肩こりなどが気になる方
- 初めてエアロビクスに挑戦する方
- 体のゆがみを調整したい方

申込開始： 4月1日（水） 窓口・TEL 10：00～

＜楽しいエアロビクス教室 日程表＞

19：40～20：40（火曜日）		場 所	ホールA・B
4 月	21日・28日	受 講 料	4,000円 (500円×8回分)
5 月	12日・19日・26日	定 員	40名
6 月	9日・16日・23日	持 ち 物	室内運動靴、 タオル、 お水 or お茶、 ヨガマット

※都合により日程が変更になる場合がございます。
※受講料は4月21日（火）の初回目5時までに納入してください。
※納入いただいた受講料は、原則としてお返しできません。
※欠席の場合は、ご連絡いただくと助かります。

----- 切り取らずに窓口にお持ちください。 -----



令和8年度
前期

楽しいエアロビクス 受講申込書

※太枠内記入してください。

フリガナ		連絡先 電話番号 TEL () — —
氏 名		
住 所	〒 —	
生年月日	昭和 平成 年 月 日	

本申込書は、教室関係以外に使用いたしません。