

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。

リズミ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
- 肩こりなどが気になる方
- ストレスを発散したい方
- 初めてエアロビクスに挑戦する方
- 楽しく体を動かしたい方
- 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）

4月	21日・28日
5月	12日・19日・26日
6月	9日・16日・23日

場所	ホールA・B
受講料	4,000円 (500円×8回分)
定員	40名
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)の初回日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、ご連絡いただけますと助かります。

----- 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	
氏名		
住所	TEL ( ) - - - - -	
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。