

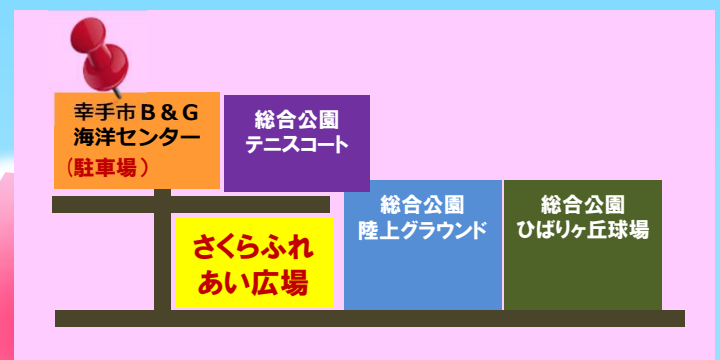
自宅で簡単 ストレッチ体操教室

by 幸手市B&G海洋センター

ストレッチ体操には激しい動きはありません、
子供からお年寄りまで、年代や性別を問わ
ずに簡単に行うことが出来ます。
自宅で簡単に出来る基本動作とプログラム
を学びましょう。

講師 上田 広美 先生 AFAA認定トレーナー

持ち物わあ
ヨガマット(タオルでも可)、
運動靴(室内用)、タオル、
飲み物など



開催日時 2016年2月25日(木) 午前10時から11時
参加費 500円(保険代含む) 募集16人(申込み順)
場所 幸手市B&G海洋センター ミーティングルーム
(幸手市大字木立1779)

申込方法 電話・FAX 2月25日(木)10時まで受付
TEL: 0480-53-5510 FAX: 0480-44-3147

自宅で簡単ストレッチ体操教室 申し込み受付用紙

主催 指定管理者ユニシア

申し込み受付日*	月 日
フリガナ*	
申込者氏名*	才 男・女
*申込者が小学生以下の場合ご記入願います。	保護者氏名 男・女
住所*	〒 ー
連絡先(TEL)*	
E-Mail	
*は、記入必須	

連絡事項	開催日	平成28年2月25日(木)
	時間	午前10時から11時まで
	場所	幸手市B&G海洋センター ミーティングルーム
	参加費	500円(保険代含む) ※参加費は当日受付で給われます
	持ち物等	ヨガマット(タオルでも可)、運動靴(室内用)、 タオル、飲み物など
	注意点	
その他	B&G海洋センター駐車場は無料です。	

申込みFAX番号 0480-44-3147