

参加者募集

第3期

脂肪燃焼エクササイズ

開催日時 午前10時00分～10時50分 **水**

【12月】 3日.10日.17日.24日

【1月】 7日.14日.21日.28日

【2月】 4日.18日.25日

【3月】 4日.11日.18日.25日

簡単な動きを多く取り入れた有酸素運動を行います。
全身を動かして、ダイエット効果はもちろん、
柔軟性アップにもつながる内容です。
楽しく体を動かしていきましょう！



受講料

全15回 7,500円

開催場所

福祉体育館 会議室

対 象

一般（学生を除く18歳以上の女性）

定 員

15名

持ち物

運動ができる服装、室内用シューズ、飲み物

※申込の詳細は裏面をご確認ください。

お申込みについて

福祉体育館HPコード

- ・申込期間 11月1日(土)～10日(月)必着
- ・申込方法 インターネットもしくは往復はがき



【インターネットの場合】 豊明市福祉体育館 HP の教室・講座ページ内バナーからお申込みください。

【往復はがきの場合】 往信欄に①から⑦を記入し下記宛先へご郵送ください。

①番号・教室名 ②氏名(ふりがな) ③年齢 ④郵便番号 ⑤住所 ⑥電話番号 (1 教室 1 人 1 枚)
宛 先 〒470-1123 豊明市西川町笹原26-1 豊明市福祉体育館内「脂肪燃焼エクササイズ」係

・受講決定日 11月15日(土) ※応募者多数の場合は抽選を行います。

【インターネットでお申し込みの方】 教室申込サイト内の「マイページ」からご確認ください。

【往復はがきでお申し込みの方】 返信はがきでお知らせします。

・受講料支払日 11月15日(土)～26日(水)の午前9時から午後8時までに
福祉体育館へ納付してください。
期間中に手続きのない場合は当選無効となります。追加募集にてお申込みください。

・追加募集 定員に達していない教室は追加募集をします。
11月28日(金)に館内掲示、福祉体育館 HP にて空き状況を開示します。
11月29日(土)午前9時より窓口にて先着順に受付します。※電話不可
(福祉体育館の開場時間は午前8時30分です)
落選者、申込み忘れの方を含むすべての方が対象となります。
受付時間前に来られた方は、受付開始まで順番に並んでお待ちください。

・注意事項 ①受講中のけがに関して、指定管理者の保険が適用されます。
②子ども連れでの受講はできません。
③一度納められた受講料は返還できませんのでご了承ください。
④他の人への譲渡はできません。
⑤教室の様子を写真撮影させていただくことがございます。
撮影した写真はホームページ、SNS、チラシの告知等に使用させていただきます。
(掲載に不都合がございましたら事前にお申し出ください)

往復はがきの書き方

往信(表)		返信(裏)		返信(表)		往信(表)	
85	470-1123	※		□□□-□□□□	教室名		
往信	「豊	記返		申込者氏名	氏名・よみがな		
	脂明	入信		(申込者住所)	年齢		
	肪市	し欄		様	郵便番号・住所		
	燃福	ない			電話番号		
	焼社	すの					
	工体	で					
	ク育	くだ					
	サ館	さい					
	係サ						
	内						
	イ						
	ズ						
	行						
	「						
	笹						
	原						
	2						
	6						
	番						
	地						
	1						