

初めての

バレトン教室

参加者
募集中

フィットネス、バレエ、ヨガの要素を融合したボディメイクエクササイズです。
代謝、バランス能力、柔軟性の向上に効果が期待できる軽運動です。

日時

10/12・19 11/2・16 隔週土曜日 全4回
19:00~20:00

会場

能代市総合体育館 格技場

対象

一般男女 定員30名

講師

猿田 千秋 先生

参加料

2,000円（保険料含む）

持ち物

動きやすい服装、タオル、飲み物

申込締切

10月7日（月）

※スポーツ保険加入のため、期日までに窓口で参加料をお支払い下さい。

- 電話でも受け付けますが、申込締切日までに参加料を納入して下さい。
- 定員に空きがある場合、途中参加可能です（参加料の減額は致しません）
- 教室開催中写真を撮らせていただきます。写真はホームページや広報に掲載させていただく場合があります。

お申込み方法

能代市総合体育館まで参加費用を添えて、参加申込書を提出して下さい。
お問い合わせはNPO法人能代市体育協会（88-8454）まで。

令和元年度 初めてのバレトン教室

令和元年 月 日

ふりがな	年齢	性別	連絡先	
氏名	歳	男・女	自宅 携帯	- -
住所	〒 - 能代市			