

# 体協の短期教室のお知らせです!!

冬場の運動不足、ストレス解消、脂肪燃焼をステップ台を使ったエクササイズを楽しみながら行います!!

皆さま  
お待たせしました!!

## ステップエクササイズ教室

2月6日～3月27日 毎週水曜日  
(3月中1回のみ火曜日あり、全8回)

先着  
20名

時間：19:30～20:30

講師：安井加奈子先生

会場：能代市総合体育館「格技場」

参加料：3,000円(保険料含む)

対象：一般女性

申込締切日 1月30日(水)

お申し込み・お問い合わせは、NPO法人能代市体育協会 TEL0185-88-8454

## スポーツクラブのしろからのお知らせ

### クラブイベント第2弾

### 「年末だよ! 全員集合!!」が開かれました



12月8日にクラブ会員の交流イベント第2弾「年末だよ! 全員集合!!」が能代市総合体育館の研修室で行われました。

違う教室に参加している会員同士もすぐに打ち解け、レクリエーションゲームでは笑い声が響き、賞品をもらうたびに拍手が起きていました。お弁当を食べながら談笑をしてなお一層交流を深めました。



## 3月に無料体験会開催

3月には無料体験会が行われます! 運動をしたいと思っている方、健康づくりを考えている方これを機会にぜひご参加ください! そして春にはクラブ会員としてスタートしませんか?

### 年会費(スポーツ傷害保険料含む)

幼児(未就学児) 2,000円 小学生・中学生 2,500円

高校生・一般 3,500円 高齢者(65歳以上) 3,000円

※家族で入会の場合、1人につき500円引いた額になります。

●入会申込書に必要事項を記入の上、年会費を添えて、下記事務局までお申し込みください。●各コースへの参加には別途で月額料金がかかります。くわしくは、お気軽にお問い合わせください。

詳しくは、ホームページまたは電話でお問い合わせください。

入会特典  
あります

スポーツクラブのしろ

TEL 0185-88-8454 / FAX 0185-88-8526  
<http://www.noshiro-sports.info/club.html>