

高橋トレーナーによる「ひきしめ体操教室」

2025年度
第二期【9月・10月】



ひきしめ体操教室 日程表



月	実施日				時間	対象・定員
9月	1日	8日	22日	29日	第一部： 13:30～15:00	13歳以上
10月	6日	13日	20日	27日	第二部： 18:00～19:30	各6名

■ 参加料金：

一か月1,800(4回/月)……一回ごとの参加料金は500円(税込)

※参加料は申し込み時にお支払ください。(お支払いは5時15分までに受付にお寄りください)

※お申し込みはひと月ごととなり、お申し込み後の返金はありません。

※定員になり次第受付を終了させていただきます。

※小学生を連れての参加OK (小学生は参加無料)

■ 体操当日持ち物：

✓運動できる服装

✓室内シューズ

✓タオル

✓ご自分がお飲みになる水分

味生体育館
指定管理者 (株)エスエスケイ

【申し込み方法】

① 味生体育館窓口で参加の申し込み、または
電話(06-6349-6554)にて参加の仮申し込みを
させていただきます。

② 参加の申し込み時または体操初日に参加料金を窓口
にて現金でお支払いいただきます。