

受講生募集中

西尾勤労会館 R7年度 秋期講座

フリーで活動していた
インストラクターが教える

エアロビクス

中級コース・初級コース

運動不足でストレスを感じている方、
体力の維持向上を考えている方

【エアロビクス】は、
脂肪燃焼で「痩せやすい体」を作りながらできる
有酸素運動の一つと言われています。
初めての方でもインストラクターが丁寧に指導します。

10月1日(水)～12月3日(水)

中級コース各週水曜日 計10回

10月3日(金)～12月12日(金)

初級コース各週金曜日 計10回

※詳細は裏面をご確認ください

対象	一般(高校生以上)	場所	西尾勤労会館
定員	各15名	受講料	¥6,600 全10回分
申込期間	8/16(土)～9/15(月)	抽選日	9/18(木)
持ち物	運動の出来る服装、室内シューズ、タオル、飲み物		

教室詳細

開催日程

水曜日クラス		中級コース				全10回	時間	19：30～20：30
10月	1日	8日	15日	22日	29日	定員	15名	
11月	5日	12日	19日	26日		受講料	6,600円	
12月	3日							

金曜日クラス		初級コース			全10回	時間	18：30～19：20
10月	3日	10日	24日	31日		定員	15名
11月	7日	14日	21日	28日		受講料	6,600円
12月	5日	12日					

持ち物	運動できる服装、室内シューズ、タオル、飲み物
-----	------------------------

募集期間	8/16（土）～9/15（月）	抽選発表日	9/18（木）
------	-----------------	-------	---------

↓↓ 申し込み方法 ↓↓

◎申込期間内に電話又は、窓口にて直接お申込みください。
◎受付に伴い下記のことをお聞きしますので、お答えください。

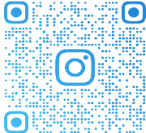
Tel 0563 - 59 - 1100

①お名前（フルネーム）	②年齢・学年など	③性別	④住所・電話番号
-------------	----------	-----	----------

その他

- ・申込時に記入して頂いた個人情報は、教室運営以外には使用致しません。
- ・家族間、友人間などでの譲渡は禁止とさせていただきます。
（教室の参加は申込者本人のみとさせていただきます。）
- ・お客様都合によるお支払い後の返金は、お受けいたしておりません。
- ・定員を超える申込があった場合は抽選とし、申込締切日の翌日正午に抽選を行います。
- ・募集期間中に最少人数に達しなかった教室は、開催しないことがあります。
- ・定員に達しなかった教室は途中参加も可能です。（事務局までお問い合わせください）
- ・会場（部屋）、講師、日程などは都合により変更する場合がございます。

主催 西尾勤労会館（指定管理者 シンコーススポーツ中部株式会社）
〒444-0305
西尾市平坂町山崎9-1
Tel (0563)59-1100
URL <https://www.nishio-kinrou.com/index.html>


NISHIOKINROU1100