

体験会イベントのお知らせ

日程	クラス	時間	参加費	定員
8月16日(月)	代謝アップピラティス	14:00~15:00	500円	9名 ※応募多数の場合、抽選
8月21日(土)	初心者ヨガ	13:30~14:30		
	フローヨガ	16:30~17:30		

◇代謝アップピラティス

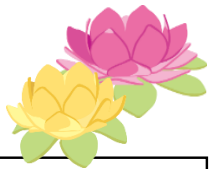
… コア(体幹)を中心に深層筋をしっかりと鍛え、体のバランスを整えていきます。

◇初心者ヨガ

… ヨガの初級クラスです。強度が高くないので、はじめての方にオススメです。

◇フローヨガ

… 伝統的なヨガのポーズにエクササイズの要素をプラスします。



【申込方法】

①《往復はがきでの申し込み》

往復はがきに下記の内容をご記入のうえ、屋内プールしづきまで郵送してください。

②《FAXでの申込み》

下記の内容をご記入のうえ、屋内プールしづきまで送信してください。

③《フロントでの申込み》

下記内容をご記入のうえ、フロントへ直接提出ください。

※電話での申込みはお受付出来ません。

【問合せ・申込先】

八尾市立屋内プールしづき
〒581-0851
八尾市上尾町7-1-17
電話 072-999-6230
FAX 072-999-6034

申込締切
8月5日(木)
必着



※ キトリ ※

2021年度 カルチャー体験会イベント ~申込用紙~

●希望教室名			
●時間	:	~	:
フリガナ		●生年月日	
●氏名		年	月 日(歳)
●住所	〒		
●連絡先			