

高橋トレーナーによる「ひきしめ体操教室」

2025年度
第一期【5月・6月】



ひきしめ体操教室 日程表



月	実施日				時間	対象・定員
5月	5日	12日	19日	26日	第一部： 13:30～15:00	13歳以上
6月	2日	9日	16日	23日	第二部： 18:00～19:30	各6名

- 参加料金： **一か月1,000円(4回/月)**……一回ごとの参加料金は**300円(税込)**
 - ※参加料は申し込み時にお支払いください。(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。
 - ※次の第二期は8月からの予定です。
 - ※小学生を連れての参加は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していただきます。
- 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。