

# 無料エアロビクス&ストレッチ講座 受講者募集

簡単初心者クラス！男性歓迎！

講師 佐藤 玲子 先生

(エアロビクス協会・日本マタニティフィットネス協会・

日本障害者スポーツ協会 各協会公認インストラクター)

日時 平成30年9月29日(土) 午後1時30分～2時30分

持参する物 動きやすい服装、室内履きシューズ、敷物(ヨガマット等) 飲料水

場所 県西総合公園 会議室(洋室)

募集人員 30名 ※定員になり次第締め切らせていただきます。

受講料 無料

受付期間 平成30年8月22日(水)～9月28日(金)

受付時間 午前8時30分～午後9時

申込方法 公園管理事務所窓口での申込み、又はFAX(参加申込講座名、住所、氏名、電話番号、年齢、性別を記入)でお申し込み下さい。



## 【申込・問合せ先】

筑西市桑山 2818

県西総合公園管理事務所

TEL 0296-57-5631

FAX 0296-57-5881