

マツスル美！教室

11月日程

☆マツスル美！教室とは☆

- ・有酸素+筋カトレーニングをすることにより、その名の通り美しいボディを得る事を目的として教室です。
- 筋肉がアツアツし、美しいボディを手に入れられます。
- 筋肉がアツアツし、太りにくいボディを手に入れられます。
- 爽やかな汗を流し、心もカラダもリフレッシュできます。
- ・持ち物・服装 汗ふきタオル、水分補給のための飲み物・動きやすい恰好

開催日 11月5日(水)、12日(水)、19日(水)
26日(水)

計4回

場所 B&G尾上体育館
時間 19:30～21:00 (受付19:15～)
定員 10名程度
料金 一律月1,500円

※一度申し込まれた場合の返金は致しておりませんので
予めご了承下さい。

※申込状況により開催できない場合がございます。その場合のみ事前に通知致します
て参加料は返却致しますので予めご了承をお願いします。

お問い合わせ・申込

平川市運動施設尾上体育館

指定管理者 NPO 法人平川市体育協会

連絡先 0172-57-4633

◆受付時間◆AM9:00～PM9:00(基本休館日月曜日)

マツスル美！教室参加申込書

氏名 _____ 年齢 _____ 才 _____ 連絡先 _____

住所 _____