

# マツスル美！教室

7月日程

## ☆マツスル美！教室とは☆

- ・有酸素+筋力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 7月1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)  
29日(水) 計5回

場所 B&G尾上体育館

場時間 19:30～20:30 (受付19:15～)

定員 15名程度

料金 一律月1,000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ご通知致します。  
※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 \_\_\_\_\_