

初級エアロビクス教室

～心と体のリフレッシュをしませんか～

日時：平成23年10月4日～12月20日 毎週火曜日
【全12回】

時間：午前10：00～11：30

場所：勤労福祉会館 集会室

講師：細矢 瑞枝（健康運動実践指導者）

定員：30名（先着順）

費用：7,500円（受講料）

持ち物：運動に適した服装、シューズ、タオル

申込方法： 窓口および往復はがき、TEL（9：00～17：00）
①講座名・時間帯②住所③氏名（ふりがな）④電話番号
を明記の上、お申し込み下さい。
先着順に受け付けます。（定員になり次第締め切ります）
申込後、都合が悪くなった場合は、早めにキャンセルの
連絡をお願いします。
無断キャンセルのないようにお願いします。



申込み・問い合わせ：練馬区立勤労福祉会館
練馬区東大泉5-40-36
TEL 03-3923-5511
(9:00～17:00)