

12月1日より受付開始！

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24年1月10日～3月27日 毎週火曜日
(3/20を除く) 【全11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：7,000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
(受付時間9:00～17:00)