

# 磐田市アミューズ豊田 生徒募集のご案内



## シニア体幹トレーニング教室



健康維持増進!! 腰痛を予防するトレーニングや筋力の向上など  
参加者さん同士で交流しながら楽しくトレーニングしましょう♪

- 場 所 : 柔道場
- 時 間 : 9:30~10:30
- 曜 日 : 月曜日
- 対 象 : 60歳以上の方
- 定 員 : 20名

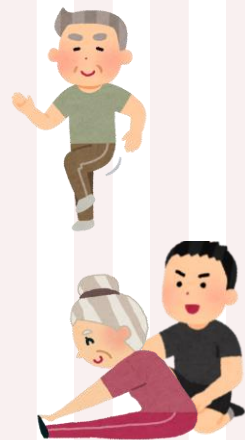
※自分で通える方 ※医師から運動を禁止されていない方

- 日 程 : 10月 ... 2日・9日・16日・23日
- 11月 ... 6日・13日・20日
- 12月 ... 4日・11日・18日

- 持ち物 : タオル、水筒
- 受講料 : コース : 11,000円/10回 当日 : 1,500円/1回
- 申込み : 下記の申込書にご記入の上、

FAXまたはアミューズ豊田窓口にてお申込ください♪

\* 受講料のお支払いは、レッスン初回目までとさせていただきます



お問い合わせ先 : 磐田市アミューズ豊田 磐田市上新屋304

( TEL : 0538-36-3211 FAX : 0538-36-6422 )

受付時間 8:30~21:30 休館日 毎月最終月曜日



キリトリ

令和5年度(秋) シニア体幹トレーニング教室 入会申込書

(フリガナ)		性別	男・女	生年月日	年 月 日 満 ( ) 歳
氏 名					
住 所	〒			TEL	
備 考		職 員 記入欄		受 付 日	月 日 ¥11,000

\* ご記入いただいた内容は、クラス編成及び入会の案内 に活用させていただきます。