

貯筋運動教室お知らせ

～コツコツと貯筋をしましょう～

公益財団法人 埼玉県公園緑地協会
川越水上公園

1 日時

4月	火	9日	16日	23日/30日
	水	10日	17日	24日
	木	11日	18日	25日
5月	火	14日	21日	28日
	水	8日	15日	22日
	木	9日	16日	23日
6月	火	11日	18日	25日
	水	12日	19日	26日
	木	13日	20日	27日

火・水・木曜日（どの教室にも参加できます。）

時間：9：30～10：30

2 会場 管理棟 2階会議室

3 参加費用 都度払い・・・410円（1回）

4 持ち物

- ・運動しやすい服装
- ・ヨガマットまたは、バスタオル
- ・飲み物
- ・貯筋通帳

5 連絡先 川越水上公園スポーツクラブ ☎ 049-241-2287

申込書

（火曜日□・水曜日□・木曜日□ 希望申込みの曜日に印をお願いします）

氏名： _____ 年齢： _____

住所： 〒 _____

電話番号： _____