

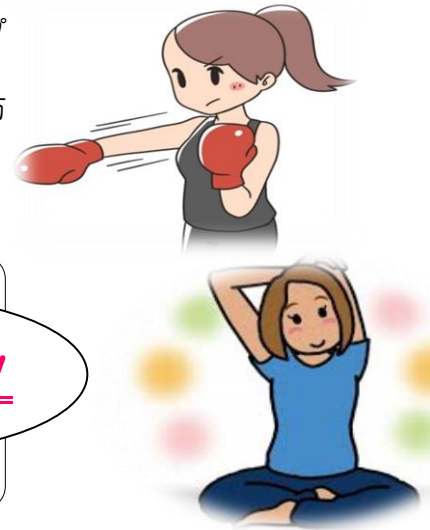
平成28年度

主催 明和町体育協会（明和スポーツクラブ）

ムエダイエット (タイ式ボクササイズ)

ムエダイエットとはヨガ、格闘技(ムエタイ)、ダンスの要素がミックスされたプログラムです。下半身強化、骨盤矯正、ボディラインを引き締めていきます。音楽に合わせてリズムカルに動いていきますから初心者の方、運動が苦手な方にもおすすめですよ♪

町内・近隣市町の18才以上の男・女のみなさん♪



期日・時間

6月 1・8・15・22(計4回)

水曜日の19時30分~21時まで

先着15名!

参加費 ... 町内 1,000 円 町外 ... 2,000 円

保険料 ... 1,850 円 (65才以上 1,200 円)

※平成28年度の登録証あみ鳥を持っている人は保険料免除。

準備物 ... 運動の出来る服装・タオル・お茶等

※ 教室は素足(はだし)でおこないます。

※ ボディースーツ・ガードル・タイツ等は着用しないでください。

会場 明和町総合体育館
ロビー

講師 荒木 もとみ
(スタジオプラーナインストラクター)

申込先 ... 参加費・保険料を添えて総合体育館受付窓口へ

受付期間・時間 ... **5/13(金)~5/22(日) 8:30~20:00**

問い合わせ先 ... 明和町体育協会(明和町総合体育館内)

TEL 52-7130

<http://taikyo-meiwa.com>

※ 参加人数が少ない場合、スクールを中止する場合があります。

※ 参加費の領収証が必要な方は窓口に出してください。

※ HP・広報めいわ・行政チャンネル等に教室の様子を掲載・放映する場合があります。

※ 緊急時連絡のため参加者には連絡網を送付します、ご了承ください。

※ キャンセル待ちは受付けておりません、受付後のキャンセルは避けてください。

参加費 _____ 円 領収印

保険料 _____ 円

-----きりとらずにお持ち下さい-----

平成28年度 **ムエダイエット** 申込書 (申込日 5/ 受付番号)

参加費 _____ 円 保険料 _____ 円 登録証No. _____

フリガナ 名 前		男 女	生年月日	S・H 年 月 日
〒番号 住 所			電話番号	