

29年度
7～9月

リズム体操

～ストレッチ&ダンスで楽しく健康に♪～

ストレッチで身体をほぐしてピラティスで身体をぐぐ～っと伸ばす！
ピラティスの動きを取り入れたダンスで、すっきり汗を流そう！

7/5 (水)・7/12 (水)・7/19 (水)
8/2 (水)・8/ 9 (水)・8/23 (水)
9/6 (水)・9/13 (水)・9/20 (水)
・全9回 ・時間 10:30～11:30



講師：増田倫子さん

- ◆場 所：鶴見区民センター2階 大ホール
 - ◆受講料：4,500円 (全9回分・税込) ◆定 員：40名 (先着順)
 - ◆講 師：増田 倫子さん (FTPピラティスインストラクター / 健康管理士一般指導員)
 - ◆準備物：運動できる服装・タオル・水分 ◆申 込：直接来館またはお電話・FAX
- ※受講料は初回の教室が始まる前までに区民センター1Fの受付にてお支払いください。
※初回教室以降のキャンセル (返金) はできません。
※お子さまを連れてのご参加は出来ません。

◇主催・問合せ：大阪市立鶴見区民センター [指定管理者 大阪ガスビジネスクリエイト(株)]
TEL：(06)6912-3971 FAX：(06)6912-3900

※提供された個人情報は指定管理者：大阪ガスビジネスクリエイト(株)が、当教室の運営目的のみに使用いたします。
※気象状況、その他の理由により、安全の為講座を中止する場合がございます。

受講料納金確認書

名前 様 受付 No.

自主事業 「H29.7～9月 リズム体操」
受講料の納金を確認いたしました。

受付印	受講料納金確認印
	※こちらは領収書ではありません。 領収書が必要な方は本券と引き換えに領収書を発行いたします。事務所までお申し出ください。
担当印	担当印

H29.7～9月 リズム体操

申込書 (鶴C17036) 受付 No.

受付印	受講料納金確認印
	¥4,500-
担当印	担当印

フリガナ
名前

TEL 年齢 歳 性別 男・女 新規・継続