

## 第二期 体操教室 (R6年7月～8月)

教室名	日にち	曜日	時間	対象	定員	参加料
ストレッチ & ヨガ (全7回)	7/1、7/8、7/22、7/29 8/5、8/19、8/26	月	14:30～15:30	16歳以上	35	¥5,600
ボディバランス (全8回)	7/3、7/10、7/17、7/24 7/31、8/7、8/21、8/28	水	13:00～14:00	16歳以上	30	¥6,400
いきいきヨガ (全8回)	7/4、7/11、7/18、7/25 8/1、8/8、8/22、8/29	木	12:00～13:00	16歳以上	35	¥6,400
美骨体操 (全8回)	7/4、7/11、7/18、7/25 8/1、8/8、8/22、8/29	木	15:30～16:30	16歳以上	20	¥6,400
膝腰ゆるゆる ストレッチポール (全8回)	7/5、7/12、7/19、7/26 8/2、8/9、8/23、8/30	金	13:00～14:00	16歳以上	30	¥6,400
元気アップ シニア体操 (全7回)	7/1、7/8、7/22、7/29 8/5、8/19、8/26	月	9:30～10:30	65歳以上	30	¥5,600

### 【教室の応募方法】

往復ハガキにお一人様一枚でお書きください。住所・氏名・年齢・連絡のつく電話番号

希望教室を明記の上、6月1日(土)～6月14日(金)必着でお申込みください。

応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。締め切りを過ぎた場合は、空き教室をご確認の上お申込みください。

【宛先】 〒252-0134 相模原市緑区下九沢2071-1

LCA国際小学校北の丘センター 042-773-5570