



# ソフトエアロビクス&ストレッチ 受講者募集

★楽しく気軽に運動したい方、ぜひお申し込みください★

時 間： 19:00~20:30

日 程： 2024年10月3日(木)~2025年3月13日(木) 全20回

月	開催日				予備日	
10月	3日	10日	17日	24日		
11月	7日	14日	21日	28日		
12月	5日	12日	19日		26日	
1月	9日	16日	23日	30日		
2月	6日	20日	27日		13日	
3月	6日	13日			20日	27日

会 場： あいホール 1階ホール

持ち物： タオル、ヨガマット、飲み物

服 装： 運動ができる服装、運動靴（室内履き）

受講料： 12,000円（全20回分）

※初回レッスン日 10月3日(木)に  
1階受付にて現金でお支払い下さい

申込み： 下記の申込書を直接受付に提出、  
またはあいホールHPよりお申し込み下さい。

問合せ： あいホールカルチャー担当 053-412-0350 まで



あいホールHP



<https://ai-hall.com/>

-----切り取り-----

## ソフトエアロビクス&ストレッチ 2024後期申込書( 継続・新規 )

名前	
住所	
電話番号	

緊急連絡先(任意)

電話番号		続柄等	
------	--	-----	--

※皆様に体調不良などが生じた場合に連絡の取れる連絡先(ご本人以外)を、ご記入ください。