



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： 10月2日（木）～2026年3月19日（木） 全20回

月	開催日				予備日
10月	2日	9日	16日	23日	30日
11月	6日	13日	20日		27日
12月	4日	11日	18日		25日
1月	8日	15日	22日		29日
2月	5日	12日	19日	26日	
3月	5日	12日	19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 月日（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 よりお申込み下さい。

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

問合せ： あいホールカルチャー担当 053-412-0350 まで

-----切り取り-----

ソフトエアロビクス&ストレッチ 2025 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。