

新講座

筋力アップ トレーニング

募集中!

若い方からシニアまで、現役のプロレスラーが指導します

筋肉作りのトレーニング、食生活の秘訣を現役のプロレスラーであり、調理師でもある講師が伝授します。講師自身の介護の経験を生かし、シニアの方が、いつまでも元気に歩ける身体作りを指導します。



怖くないよ

日時:9:15~10:15

1月12日、19日、26日、

2月2日、9日、16日

3月2日、9日(全8回)

受講料:6,800円

会場:生涯学習プラザ

定員:40名

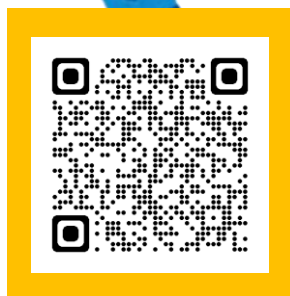
講師:大原 はじめ

木曜日

先着順!!

先生は
プロレスラー

詳しくはこちらから



申込み・問い合わせ:川崎市生涯学習財団
スポーツ教室 044(733)5894 まで

応募方法

お問い合わせ時間
(平日 9:00~16:30)

応募締め切り
12/23 (金)

①電話……TEL: 044-733-5894

②窓口……生涯学習プラザ 1F 事務室
※申し込み用紙に記入し、受付箱へ

③FAX……FAX: 044-733-6697
(受信の連絡はいたしません)

④ハガキ……申し込み用紙の必要事項をご記入の上
〒211-0064 川崎市中原区今井南町 28-41
川崎市生涯学習財団 事業推進室
スポーツ教室係まで
(申し込み用紙を切って貼っても結構です)

※お申し込みの際の個人情報、講座運営の目的のみで使用いたします。



*先着順で受け付けます。
*定員に達したら締め切ります。

受講ハガキが届きます



*お申込みの方全員にハガキを郵送いたします。
*ハガキには、受講料(銀行振込・手数料別途がかかります)、日程、当日の持ち物のご案内をします。

受講日当日

*受講料のお支払いを済ませ、教室にご参加ください。



◎キャンセルした場合の返金について

受講料をお振込み後キャンセルなされる場合は、速やかにご連絡ください。講座開始後の返金はできかねますのでご了承ください。

◎保険について

傷害保険に加入しますが、妊娠に関わる事由には適用されませんので、妊娠されている方は受講できません。

<アクセス>

武蔵小杉駅 下車

JR南武線 西口から徒歩 12分
JR横須賀線 横須賀線口から徒歩 15分
東急東横線 南口下車徒歩 10分



公共交通機関をご利用ください。駐車場の収容台数に限りがあります。

キリトリ

スポーツ教室申し込み用紙

教室名	筋力アップトレーニング	
ふりがな氏名		
性別・年齢	男・女	歳
住所	〒	
電話		

受付: _____ 月 _____ 日