

ほねごりアリーナからのお知らせ

(相模原市立北総合体育館)



秋の教室



参加者募集

NO.	教室名	開講期間	曜日	時間	定員	対象	参加費	教室内容
	シェイプアップエクササイズ (全7回)	10/8~11/26 (10/15を除く)	木	10:00~11:00	20	15歳以上 (中学生除く)	4,900円	リズム(音楽)に合わせた簡単なエアロビクスと簡易な筋力トレーニングを組み合わせることで効果的にシェイプアップを図ります。
	健康体操 (全8回)	10/9~11/27	金	10:30~11:30	20	15歳以上 (中学生除く)	5,600円	音楽に合わせて誰でもできる簡単な体操やストレッチで楽しく体を動かします。

- 申込方法** : 1) 往復はがきに「住所」「氏名(ふりがな)」「学年」「年齢」「電話番号」「教室名」を書き「ほねごりアリーナ」までお申込みください。
2) 直接窓口
返信用の官製はがきをお持ちください。

申込期間 : 9/1~9/15まで(必着)

〒252-0134 相模原市緑区下九沢2368-1 電話: 042-763-7711

【指定管理者】総合体育館グループ運営共同事業体

(公財)相模原市まち・みどり公社/株式会社フクシ・エンタープライズ