



ほねごりアリーナ (北総合体育館)

教室案内

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
	トレーニングを学ぼう (全1回)	11/22	土	9:30~11:00	10	15歳以上 (中学生除く)	800円/回	トレーニングの原理原則とチューブを使用したトレーニング方法、基本的なストレッチを学びます。
	坐禅 (全1回)	12/6	土	10:00~11:30	20	15歳以上 (中学生除く)	800円/回	坐禅の作法や心構えを学び、脳をスッキリさせ健康効果をたかめます。

申込方法 10月31日(必着)

- 1) 往復はがき 締切日必着(1教室につき1人1枚)
 <往信裏面> 希望する教室名 住所 氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号
 <返信表面> 申込者の住所・氏名・郵便番号
 2) 直接窓口 返信用の官製はがきをお持ちください。
 各抽選

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



85	【往信】 相模原市緑区下九沢 2368-1 ほねごりアリーナ (相模原市立北総合体育館) 行	ここには 記入しないでください
85	【返信】 郵便番号 申込者の住所 申込者のお名前	参加希望の教室名 住所 氏名(ふりがな) 電話番号 年齢

往信おもて 返信うら