

ボールエクササイズ

2025年度

★開講日：水曜日

10月	1	8	15	22	29
11月	5	12	19	26	
12月	3	10	17	24	
1月	7	14	21	28	
2月	4		18	25	
3月	4	11	18	25	

全24回

★講師：佐々木 ゆかり

★時間：10：00～11：00

★対象：一般（高校生以上）

★定員：20名

★場所：スタジオ

★料金：4回数券 4,400円（購入日含め8回先まで有効）

★体験：1,100円（おひとり様1回限り）

★持ち物：屋内専用シューズ・着替え・タオル

★受付先：体育館内 B1F フィットネスプラザ ＊受付時間 9：00～21：00

TEL：082-502-0073

★受付方法：下記の申込書に必要事項をご記入の上、受付先までご提出ください。

★ご案内：教室は全て定員制です。お申込み順で受付し、定員になり次第受付終了となります。

----- き り と り -----

ボールエクササイズ参加申込書 ＊新規・継続ともにご記入願います。

＊確認後、☐内にチェックをお願いいたします。

☐ 休講案内等、必要に応じ、電話、手紙(はがき)、E-mail(SMS)等の連絡手段にてご連絡を行います。

ふりがな			性別	男・女
氏名			年齢	歳
住所	(〒 -)			
携帯番号	- -		＊急な休講時などに最も 連絡がつきやすいもの	
緊急連絡先	() -			
	ふりがな		続柄	
氏名				

＊ご記入いただいた個人情報は、教室の運営にのみ使用致します。

2025.10～2026.3

＊緊急連絡先は、お客様の事故など緊急時のみに使用致します。

＊第三者へ許可なく開示することはございません。