

エアロビクスダンス(前期)



<日程> 木曜日(全17回)



4月	9	16	23
5月	14	21	28
6月	11	18	25
7月	2	9	16
8月	6	20	
9月	3	10	17



時間：午前9時20分から午前10時20分

参加費：3,000円(保険料込み)

定員：80人(多数抽選)

申込み：往復はがきに講座名・住所・氏名・年齢・^{しめい}TEL番号を明記の上送付、
又は返信用はがきを持って窓口へ(裏には何も書かないで下さい)

締切り：3月14日(土)必着

※この講座に申し込まれる方はシルバー体操・ヨガ・木曜ピラティス・
金曜ピラティスにはお申し込みいただけません。

※徐々に心拍数を上げる運動なので遅刻されると入場できません。

お問合せ：若草台地区センター

〒227-0045 青葉区若草台20-5 ☎961-0811



あつまる・つながる・笑顔になる

公益社団法人
横浜市民施設協会