

ストレッチ&



認知予防運動



身体の神経回路を刺激し、運動神経を鍛えます！

身体と脳のストレッチをしよう♡

開催日【全6回】 水曜日 13:15~14:15	1月15・22日 2月12・19日 3月12・19日
場所	2階 多目的室3
対象	高校生以上
参加費（月謝）	1月1,400円（700円×2回） 2月1,400円（700円×2回） 3月1,400円（700円×2回）
参加費（当日申込み）	800円/1回
持ち物	ヨガマット・タオル 動きやすい服装・飲み物 室内履き（外で一度も履いていないもの）

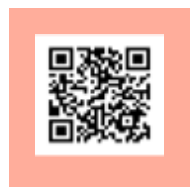
定員
25名

【申込方法】

- ・事前申込み受付中です。定員になり次第受付終了します。
- ・事前申込みは、※月謝払いとなります（先着順）。
- ・納入していただいた受講料は返金いたしかねます。ご了承ください。
- ・定員に満たない場合は当日参加も受付いたしません。
- ・当日は、教室開始30分前から受付開始になります。
- ・事前申込みの方は事務室窓口にて受付を済ませてからスタジオにお入りください。
- ・当日参加の方は、申込用紙を受け取り、記入をお願いいたします。（券売機にて券を購入後、事務室窓口にお渡しください。）
- ・当日お電話での予約・申込みはできません。
- ・月謝申込みに関しましては別紙をご確認ください。

柳泉園組合厚生施設
東京都東久留米市下里4-3-10

☎ 042-473-3121



／
ホームページは
こちらから
＼

