

# 第二期 体操教室 (R5年7月～)

教室名	日にち	曜日	時間	対象	定員	参加料
ストレッチ & ヨガ (全7回)	7/3、7/10 7/24、7/31 8/7、8/21、8/28	月	14:30～15:30	16歳以上	35	¥5,600
ボディバランス (全8回)	7/5、7/12、7/19 7/26、8/2、8/9 8/23、8/30	水	13:00～14:00	16歳以上	30	¥6,400
いきいきヨガ (全9回)	7/6、7/13、7/20 7/27、8/3、8/10 8/17、8/24、8/31	木	12:00～13:00	16歳以上	35	¥7,200
美骨体操(全9回)	7/6、7/13、7/20 7/27、8/3、8/10 8/17、8/24、8/31	木	15:30～16:30	16歳以上	20	¥7,200
膝腰ゆるゆる ストレッチポール (全7回)	7/7、7/14 7/21、7/28 8/4、8/18、8/25	金	13:00～14:00	16歳以上	30	¥5,600
元気アップシニア体操 (全7回)	7/3、7/10 7/24、7/31 8/7、8/21、8/28	月	9:30～10:30	65歳以上	25	¥5,600

## 【教室の応募方法】

往復ハガキにお一人様一枚でお書きください。住所・氏名・年齢・連絡のつく電話番号  
希望教室を明記の上、6月15日(木)～6月22日(木)必着でお申込みください。  
応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。締め切りを過ぎた場合は、空き教室  
をご確認の上お申込みください。

【宛先】 〒252-0134 相模原市緑区下九沢2071-1  
LCA国際小学校北の丘センター 042-773-5570

# 往復ハガキの書き方

<p><input type="checkbox"/> 返信</p> <p>受講する方のご住所</p> <p>受講する方のお名前</p>	<p>受講する方の</p> <p>お名前（ふりがな）</p> <p>住所</p> <p>電話番号 お持ちの方は携帯電話番号</p> <p>年齢・学年・性別</p> <p>希望教室名（曜日・時間）</p>
<p><input type="checkbox"/> 往信</p> <p>相模原市緑区下九沢 207111</p> <p>〒252-0134</p> <p>「希望教室名」行</p> <p>LC A 国際小学校北の丘センター</p>	<p>白紙</p>