

総合型地域スポーツクラブ

コミスポようかいち



2011' フィットネス教室
第1期 参加者募集!

3月7日より 受付開始!

募集教室

種 目 講師	曜 日	時 間	活 動 場 所	活 動 時 間	無料体験教室
いきいき健康 坂梨裕美	火曜日	14:00~15:00	布引体育館武道場	4/19~7/26	3/15済
ボクササイズ 小林 勤	3/15 定員に達したため受付終了しました。				
ストレッチ&リズムウォーキング 伴 綾子	木曜日	10:00~11:00	布引体育館武道場	4/14~7/7	3/3済
マーシャルアーツ 蔭山美也子	木曜日	20:00~21:00	布引体育館サブアリーナ	4/21~7/14	3/17
パワーヨガ 小林 勤	3/11 定員に達したため受付終了しました。				

マーシャルアーツ教室、無料体験教室を実施します。

参加費	各教室1期10回、5,500円 コミスポようかいち会員は 5,000円
募集定員	各教室25名(先着順) (16歳以上の男女) (参加者数が15名未満の場合は、その教室は中止します。)
申込受付期間	3月7日(月)~4月7日(月) 9時~20時
受付場所	コミスポようかいち事務局(布引体育館事務所) (水曜日・祝日の翌日休み) (電話での受付は出来ません。)

フィットネス教室 参加者募集

募集教室

コミスポ会員以外の方も参加できます。

種 目	曜 日	時 間	開 校 日
いきいき健康	火曜日	14:00~15:00	4/15~7/8
エアロビクスB	火曜日	19:30~20:15	4/15~7/8
ボクササイズ	火曜日	20:30~21:15	4/15~7/8
ストレッチ&リズムウォーキング	木曜日	10:00~11:00	4/10~7/10
マーシャルアーツ	木曜日	20:00~21:00	4/17~7/10
エアロビクスA	金曜日	10:30~11:30	4/18~7/11
パワーヨガ A	金曜日	19:30~20:15	4/18~7/11
パワーヨガ B	金曜日	20:30~21:15	4/18~7/11

総合型地域スポーツクラブ

コムスポようかいち



**2011' フィットネス教室
第2期 参加者募集!**

**コムスポ会員及び1期受講中の
7月4日より受付!**

募集教室

(一般7月11日より受付開

種 目	講師	曜 日	時 間	活 動 場 所	活 動
いきいき健康 坂梨裕美		火曜日	14:00~15:00	布引体育館武道場	8/23~
ボクササイズ 小林 勤		火曜日	20:00~20:45		8/23~
ストレッチ&リズム ウォーキング 伴 綾子		木曜日	10:00~11:00		7/21~
マーシャルアーツ 蔭山美也子		木曜日	20:00~21:00	布引体育館サブアリーナ	8/25~
パワーヨガ 小林 勤		金曜日	20:00~21:00		8/19~

参加費	各教室1期10回、5,500円 コムスポようかいち会員は 5,000円
募集定員	各教室25名(先着順) (16歳以上の男女) (参加者数が15名未満の場合は、その教室は中止します)
申込受付期間	7月11日(月)~ 9時~20時
受付場所	コムスポようかいち事務局(布引体育館事務所) (水曜日・祝日の翌日休み) (電話での受付は出来ません。)

(申込後に参加をやめた場合、参加費は返金できません。)

の方は

開始)

時間
11/15
11/15
10/13
11/17
11/18

ます。)