

# 【お支払い・キャンセルのご案内】

## 【当選後の参加費のお支払について】

「本人控え」と「参加費」をお持ちの上、まつばらテラス(輝) 1階受付までお越しください。

お支払期間： **9月1日(木)～9月7日(水)** 受付時間：9：00～20：00

※期間内にお支払い頂けない場合は、いかなる場合でも当選が取り消しになりますので、ご注意下さい。

## 【キャンセルについて】

- ・当選された講座をキャンセルする場合は、まつばらテラス(輝) 1階受付またはお電話にて、ご連絡をお願いいたします。
- ・一度キャンセルされた講座は、当選が無効となります。
- ・当選の権利を譲ることはできません。

## 【当選辞退(キャンセル)の空き枠について】

当選辞退の空き枠は **9月9日(金) 9：00より先着順** で受付いたします。

空き枠の公表は、9月8日(木) 20：30より施設ホームページまたは、受付前にて掲示いたします。

(公表前のお問合せでは、空き枠の数はお答えできません。ご了承ください。)

※8:50開館ですが、開館前に来られたお客様は、一列にお並びください。並んで頂いている順番で受付いたします。

---

## 【未定員の講座について】

定員に満たない講座については、**9月1日(木) 9：00から随時** お申込みを受付いたします。

※8:50開館ですが、開館前に来られたお客様は、一列にお並びください。並んで頂いている順番で受付いたします。

---

【持ち物】 動きやすい服装・タオル・飲み物・室内シューズ (ノビ伸、ヨガ系、筋コン、フラダンスは室内シューズ不要です)

**2022年度 10月～12月コース 運動プログラム 当選発表は次のページです。**

まつばらテラス(輝) 2022年度 10月～12月コース 運動プログラム No.01～No.02 当選発表

	01.ララサーキット(火)	01.ララサーキット(木)	01.ララサーキット(金)	01.ララサーキット(土)	02.頭と体のいきいき体操
1	2210運030	2210運047	2210運113	2210運014	2210運027
2	2210運079	2210運228	2210運185	2210運015	2210運165
3	2210運085	2210運229	2210運226	2210運016	2210運166
4	2210運108	2210運236	2210運242	2210運017	2210運167
5	2210運109	2210運239	2210運243	2210運018	2210運168
6	2210運111	2210運311	2210運244	2210運021	2210運169
7	2210運112	2210運373	2210運245	2210運024	2210運170
8	2210運114	2210運374	2210運247	2210運028	2210運265
9	2210運115	2210運375	2210運248	2210運029	2210運345
10	2210運116	2210運379	2210運249	2210運077	
11	2210運117		2210運250	2210運097	
12	2210運234		2210運252	2210運327	
13	2210運235		2210運253	2210運355	
14	2210運326		2210運254	2210運356	
15	2210運329		2210運260	2210運380	

まつばらテラス(輝) 2022年度 10月～12月コース 運動プログラム No.03～No.06 当選発表

	03.骨盤体操(月)	03.骨盤体操(火)	04.関節楽々体操	05.ゆる体操	06.特保サポート
1	2210運098	2210運025	2210運033	2210運074	2210運023
2	2210運099	2210運119	2210運095	2210運171	2210運065
3	2210運120	2210運122	2210運176	2210運261	2210運072
4	2210運316	2210運124	2210運177	2210運262	2210運078
5	2210運353	2210運125	2210運178	2210運263	2210運134
6	2210運366	2210運126	2210運179	2210運322	2210運135
7	2210運383	2210運127	2210運180	2210運347	2210運136
8		2210運128	2210運181	2210運349	2210運138
9		2210運129	2210運182		2210運139
10		2210運130	2210運183		2210運140
11		2210運133	2210運184		2210運142
12		2210運330	2210運186		2210運150
13		2210運370	2210運331		2210運266
14			2210運348		2210運334
15					2210運346

まつばらテラス(輝) 2022年度 10月～12月コース 運動プログラム No.07～No.10 当選発表

	07.コツ骨体操(水)	08.ノビ伸体操(月)	08.ノビ伸体操(水)	09.運動不足解消ヨガ	10.パワーヨガ
1	2210運010	2210運062	2210運146	2210運148	2210運036
2	2210運100	2210運073	2210運191	2210運172	2210運041
3	2210運101	2210運205	2210運194	2210運220	2210運042
4	2210運175	2210運312	2210運195	2210運221	2210運055
5	2210運187	2210運313	2210運196	2210運256	2210運152
6	2210運188	2210運332	2210運197	2210運306	2210運308
7	2210運189	2210運376	2210運198	2210運333	2210運339
8	2210運190		2210運199	2210運351	2210運340
9	2210運224		2210運202		
10	2210運227		2210運203		
11	2210運258		2210運204		
12	2210運299		2210運302		
13	2210運382		2210運367		
14			2210運369		
15			2210運371		
16					
17					
18					
19					
20					

まつばらテラス(輝) 2022年度 10月～12月コース 運動プログラム No.11～No.13 当選発表

11.筋コンディショニング(火)

11.筋コンディショニング(水)

12.フラダンス(水)

12.フラダンス(土)

13.簡単エアロ

1	2210運040	2210運022	2210運151	2210運001	2210運008
2	2210運089	2210運039	2210運173	2210運002	2210運037
3	2210運090	2210運045	2210運174	2210運003	2210運143
4	2210運106	2210運121	2210運214	2210運004	2210運222
5	2210運132	2210運131	2210運215	2210運005	2210運225
6	2210運141	2210運206	2210運216	2210運006	2210運232
7	2210運153	2210運207	2210運217	2210運011	2210運274
8	2210運154	2210運208	2210運218	2210運012	2210運276
9	2210運158	2210運209	2210運219	2210運013	2210運277
10	2210運159	2210運210	2210運257	2210運233	2210運278
11	2210運160	2210運211	2210運275	2210運290	2210運280
12	2210運161	2210運212	2210運279	2210運291	2210運281
13	2210運163	2210運213	2210運358	2210運292	2210運300
14	2210運164	2210運282	2210運368	2210運317	2210運314
15	2210運283	2210運361	2210運386	2210運321	2210運392
16	2210運284	2210運362			
17	2210運323	2210運363			
18	2210運324	2210運364			
19	2210運342	2210運365			
20	2210運343	2210運372			

まつばらテラス(輝) 2022年度 10月～12月コース 運動プログラム No.14～No.17 当選発表

	14.ZUMBA	15.リラックスヨガ(金)	15.リラックスヨガ(日)	16.B Tダンス(低学年)	17.B Tダンス(高学年)
1	2210運035	2210運009	2210運026	2210運268	2210運104
2	2210運076	2210運285	2210運043	2210運319	2210運105
3	2210運080	2210運286	2210運044		2210運269
4	2210運081	2210運287	2210運046		2210運270
5	2210運082	2210運288	2210運049		2210運271
6	2210運083	2210運289	2210運050		2210運272
7	2210運084	2210運297	2210運051		2210運273
8	2210運086	2210運341	2210運052		2210運359
9	2210運092	2210運344	2210運053		2210運385
10	2210運093	2210運378	2210運054		2210運389
11	2210運094	2210運384	2210運057		
12	2210運096	2210運387	2210運058		
13	2210運123	2210運391	2210運059		
14	2210運223	2210運393	2210運060		
15	2210運230		2210運061		
16	2210運241		2210運087		
17	2210運293		2210運088		
18	2210運318		2210運102		
19	2210運352		2210運137		
20			2210運325		

まつばらテラス(輝) 2022年度 10月～12月コース 運動プログラム No.18～No.21 当選発表

18.ミッドホール教室(幼児) 19.ミッドホール教室(小学生) 20.ウォーク&ストレッチ教室

21.体ひきしめ(木)

21.体ひきしめ(日)

1	2210運144	2210運147	2210運031	2210運328	2210運063
2	2210運145	2210運231	2210運032	2210運354	2210運066
3	2210運149	2210運295	2210運038	2210運381	2210運067
4	2210運350	2210運296	2210運201		2210運068
5	2210運357	2210運336	2210運303		2210運069
6		2210運337			2210運070
7		2210運338			2210運071
8					2210運107
9					2210運301
10					2210運304
11					2210運305
12					2210運307
13					2210運310
14					2210運388
15					

まつばらテラス(輝) 2022年度 10月～12月コース 運動プログラム No.22 当選発表

22.男のフィットネス

1	2210運064
2	2210運103
3	2210運237
4	2210運309
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	