MIZUNO SPORTS SCHOOL

今より美しく、特別プログラム！

美BODY エクササイズ

参加者大募集！！

場　所	都留市健康ジム　スタジオ内
日　時	1/26(日)　第１部　10:00～10:45 第２部　11:00～11:45
受講料	400円（別途 入館料） ※税込・傷害保険料含む
対　象	一般（高校生以上）

●動きやすい服装、室内用シューズ、飲み物、タオルを持参してください。

●各部 定員は１５名です（先着順）

●ミズノスポーツサービス㈱公認の指導員が講師をします。

※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理いたしますが、当グループ主催イベントの案内等を送付する必要がありますので、あしからずご了承ください。

コーチ紹介

五十嵐　駿介

京都出身
資格：
健康運動指導士

ミズノスポーツサービス㈱公認指導員
数々のレッスンを受け持ち
楽しく、美しいカラダをつくるレッスンは大好評！

都留市ふるさと会館　健康ジム
TEL：0554-45-4111
〒402-0052　都留市中央三丁目9番3号
http://www.mizuno.jp/

●営業時間　9:00～21:00

●休館日　月曜日（月曜祝日の場合は翌日休館）
年末年始（12/29-1/3）

指定管理者　ミズノスポーツサービス株式会社

6月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

7月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

8月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

9月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

10月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

11月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

12月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

1月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

2月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29					

3月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

4月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

5月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

開講日　休講日

＜受付について＞
・受講者証は開講初日にお渡しいたします。受講時にご提示ください。

＜服装について＞
・運動しやすいものを着用し、フロアーシューズをご用意ください。

＜ラケットについて＞
・ラケットをお持ちでない方には貸出しいたします。

＜開講時間＞
・卓球（13:30～15:30）・卓球[アドバンス]（16:00～17:30）

＜その他注意事項など＞
・卓球台などの準備、撤収、フロアの清掃は全員で協力して行ってください。
・教室のない日（金曜日）には、自由に参加できる『交歓デー』を実施します。自由練習として奮ってご参加ください。大人200円、小人100円（小学生以下）
・大阪府に暴風警報が発令された場合には、休講になります。休講かどうかの判断が難しい場合には、当スポーツセンターにお問い合わせください。
・更衣後の衣類・所持品は、コインロッカー（返金式）をご利用ください。貴重品は持ち込まないようにお願いします。盗難があった場合、当センターは一切責任を負いません。
・体調には十分ご留意ください。体調の悪い時は無理をしないでください。
・継続する場合の手続きは、予約・抽選・正式申込の方法のお知らせに従って、早めにお済ませください。
・受講料の返金は原則として致しませんので予めご了承ください。