

平成29年度(公財)高知市スポーツ振興事業団(指定管理者自主事業)

はじめての

高知家健康パスポート
「楽しく動く」青色シール
配布対象事業



ベリーダンス教室

お腹周りを中心とした独特の動きは、身体の歪みや凝りの解消・インナーマッスル強化に効果があります。基本ステップから始めるので、未経験でも無理なく楽しくシェイプアップすることができます！



会 場	高知市総合体育館(プレイルーム)
対 象	運動可能な成人(学生は除く)
期 間	平成30年1月25日(木)～3月22日(木) 毎週木曜日 計8回 ※3月1日は休み
時 間	14:30～15:30
定 員	25名(申込多数の場合は抽選)
参加料	1人4,000円(スポーツ安全保険料を含む)
講 師	ベルアラビベリーダンス 主宰 中川 知香氏
持ち物	運動の出来る服装・タオル・着替え・飲み物等

～申込方法(いずれかの方法で応募して下さい)～

- ① 用紙に必要事項を記入し、高知市総合体育館又はくろしおアリーナ受付へ提出
※翌日14時に、1階掲示板とホームページに当選申込番号を掲載します。
- ② 往復はがきに住所・氏名・年齢・性別・電話番号を記入し下記住所へ送付
※申込締切後、返信はがきにて結果をお知らせします。

☆ 申込締切日:12月27日(水)必着

申込番号	<input type="text"/>
------	----------------------

※確認の際に必要となるので、控えておいてください。



(公財)高知市スポーツ振興事業団
〒780-8031 高知市大原町158
「はじめてのベリーダンス教室」
TEL 088-833-4061

..... 切り取らずにお持ちください

..... 切り取らずにお持ちください

申込番号	<input type="text"/>
------	----------------------

太枠内に記入してください。

「はじめてのベリーダンス教室」応募用紙

80

(フリガナ) 氏 名		(男 ・ 女)	年 齢	才
住 所				事務局記入欄 受付日(/)
電話番号				名前()