

《平成29年度 第1期3か月講座開催のご案内》

- 【場 所】 フェニックス・プラザ トレーニングルーム
【対 象】 福井市内に住んでいる人又は勤めている人
(中学生以下、お子様連れの方は受講できません)

講 座 名	曜日	開催日・時間	回数	定 員	受 講 料
顔ヨガ&ソフトヨガ	月	平成29年4月10日～6月19日 10:00～11:00 5月1日は休講します。	10回	35名	3,500円
シンプルヨガ	火	平成29年4月11日～6月20日 10:00～11:00 5月2日は休講します。	10回	35名	
太極拳	水	平成29年4月12日～6月21日 10:00～11:00	10回	35名	
楽しい健康体操	木	平成29年4月13日～6月22日 10:00～11:00	10回	35名	
ピラティス	金	平成29年4月14日～6月23日 9:30～10:30	10回	35名	
バレトン		平成29年4月14日～6月23日 10:45～11:45	10回	35名	

◆休講…5月1日、2日

◆講座開催時もトレーニングルームは利用できます。

- 【申込方法】 はがき又は窓口で受付
【申込先】 〒910-0018 福井市田原1丁目13-6 「フェニックス・プラザ講座」係
【締切日】 平成29年3月23日(木) 必着
申し込み多数の場合は抽選となります。

連絡先 TEL20-5060 フェニックス・プラザトレーニングルーム

※原則的に受講料の返還はできません。

《平成29年度 第1期1日講座開催のご案内》

【場 所】 フェニックス・プラザ トレーニングルーム
 【対 象】 福井市内に住んでいる人又は勤めている人
 (中学生以下、お子様連れの方は受講できません)

講 座 名	曜日	開催日・時間	定 員	受 講 料
健康フラダンス	月	平成29年4月10日～6月19日 14:00～15:00 5月1日は休講します。	35 名	1回 350円 又は1日講座利用回数券1枚
ズンバ	火	平成29年4月11日～6月20日 14:00～15:00 5月2日は休講します。	30 名	
楽しいヨガ		平成29年4月11日～6月20日 19:00～20:00 5月2日は休講します。	35 名	
おまかせ健康体操	水	平成29年4月12日～6月21日 14:00～15:00	35 名	
身体バランスヨガ	木	平成29年4月13日～6月22日 14:00～15:00	35 名	
楽しいエアロビクス	金	平成29年4月14日～6月23日 14:00～15:00	30 名	
簡単エアロビクス	土	平成29年4月8日～6月24日 10:00～11:00 5月6日は休講します。	30 名	
ぽかぽかヨガ		平成29年4月8日～6月24日 14:00～15:00 5月6日は休講します。	35 名	

◆休講…5月1日、2日、6日

◆講座開催時もトレーニングルームは利用できます。

【申込方法】 当日、開始時間の1時間前からトレーニングルームにて受付します。(先着順)
 定員に達した場合は、キャンセル待ちとなります。

連絡先 TEL 20-5060 フェニックス・プラザトレーニングルーム