

この春、あなたに必要なもの手に入れませんか？



病気知らず！

# 健康



エネルギーに

# 体力



バランスよく

# 整える



これからは選択する時代！  
豊富な教室の中からライフスタイルに合わせて、  
自分のお気に入りを見つけましょう！  
皆様のご参加をお待ちしております。

料金支払い方法  
(登録型、フリー型)  
が選べます！

4月スタート 教室参加者募集！ 3月3日(木)総合体育館にて午前9時から先着順に「登録型」受付開始！

## ステップアップ教室

(3ヶ月～6ヶ月間で少しずつレベルアップする教室です)  
※受講料は期間ごとの先払いです。

### 登録型

事前に全回分  
一括払い

教室参加前日  
までに登録を！

全回分を申込みの  
必ず参加でき、  
目的の効果が得やすい

途中で  
参加できなくなっても  
返金は出来ない

### フリー型

料金を一回ずつ  
支払い

当日から  
受付開始！

都合に合わせて  
いろいろな教室を  
体験できる

登録型  
フリー型

1回分の料金が登録型より高く、  
登録型で定員の場合は、  
教室に参加できない

**レッスンプログラム**  
ジャズダンス&ヒップホップ  
かんたんラテンエアロ  
バランスコーディネーション

アロマヨーガ  
薄型シェイプ  
ピラティス  
フラダンス  
ZUMBA GOLD

親子のバランスコーディネーション  
やさしいステップ  
身体メンテナンス  
元氣！ほつらつサロン  
究極ピラティス&シェイプ

**スポーツプログラム**  
女性フットサル  
卓球  
バドミントン

**ジュニア・親子向け**  
子どもチャレンジ  
Jr.卓球  
Jr.室内テニス  
Jr.アフロバット  
Jr.トランポリン

KID'S JAZZ HIPHOP  
Jr.バドミントン  
親子リトミック(幼児)  
知的発達を促す正しいエアロビクス

ミツホテニススクール

**成人・ジュニア向け**  
初級コース  
初・中級コース  
中級コース

**申込方法** 窓口による申込と申込用紙にて記入の上、申込費用をお支払いください。  
付添い資料は、お申し込みのみにあわせてお送りいたします。

※お申し込みは、お申し込みの日に限り有効です。  
お申し込みの日に、お申し込みの日に限り有効です。  
お申し込みの日に、お申し込みの日に限り有効です。  
お申し込みの日に、お申し込みの日に限り有効です。  
お申し込みの日に、お申し込みの日に限り有効です。  
お申し込みの日に、お申し込みの日に限り有効です。

「新型コロナウイルス感染症」対策強化のお知らせ

検温・消毒など、  
感染防止対策を徹底  
いたします。ご入館を  
ご協力ください。



室内に換気扇の風を  
吸引して取り除く  
空気清浄機の稼働  
にご協力ください。



カウンター、テーブル、  
ロッカー、ラック、  
マシン等、消毒薬による  
消毒を実施しております。