

百歳体操月曜

いつまでも健康な体でいるために！
「百歳体操」で無理のない運動を継続していき、
体力をつけて、元気でいきいきとした生活を送りましょう。

- ◆日 程 2019年4月～9月（計20回）
- ◆時 間 11：30～ ※所要時間約45分
- ◆定 員 25名
- ◆場 所 旭区民センター 集会室1
- ◆受講料 500円（6ヶ月/計20回分）
- ◆申込方法 区民センター窓口、電話、FAX

※受講料は区民センター1階受付でお支払いください。

※途中から参加される場合でも受講料は全額いただきます。

日割りはありません。

※ご入金後のキャンセル、返金はできません。

主催・申込・問い合わせ
大阪市立旭区民センター

大阪市旭区中宮1-11-14

指定管理者 大阪ガスビジネスクリエイト株式会社



TEL 06-6955-1307 FAX 06-6955-1308

【実施日程】

※6ヶ月コース(計20回)

月	日 (各月曜日)	月	日 (各月曜日)
4	8・22・29	7	1・8・15・22
5	13・20・27	8	5・19・26
6	3・10・17・24	9	2・16・30

講習会名	旭区民センター主催 百歳体操(月曜) (平成31年4月～9月 計20回) ASA19-021	11:30～
フリガナ		年齢
氏名		歳
電話	FAX (あれば)	

区民センター控	旭区民センター主催 百歳体操(月曜) (平成31年4月～9月 計20回) (事業番号ASA19-021)	受付印	参加料入金確認欄	領収書番号
	受付番号 _____		¥500-	※発行時のみ
		担当印	担当印	

----- きりとり線 (領収時) -----

申込者控	旭区民センター主催 百歳体操(月曜) (平成31年4月～9月 計20回) (事業番号ASA19-021)	受付印	参加料入金確認欄	※お申込み・お支払いの際は、本票を事務所窓口にお出しください。 ※本票は領収書ではありません。領収書が必要な方は本票と引き換えに発行します。 事務所窓口までお申し出ください。
	11:30～ 受付番号 _____		¥500-	
		担当印	担当印	

----- きりとり線 (受付時) -----

講習会名	百歳体操(月曜)	受付番号
日時	平成31年4月～9月 計20回 11:30～	
場所	旭区民センター 3階 集会室1	
参加費	500円(税込)	
注意事項	※お申込み・お支払いの際は、本票を事務所窓口にお出しください。 ※本票は領収書ではありません。 領収書が必要な方は本票と引き換えに発行します。 事務所窓口までお申し出ください。	