

百歳体操 (水曜)

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(各水曜日 計20回)
- ◆時間 ●前半クラス13:00～ ●後半クラス14:00～
- ◆定員 各25名(申込定員オーバーの場合抽選) ※所要時間約45分
- ◆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 お申し込みは各曜日1コースのみになります。

裏面の受講申込書をご記入の上、窓口を持参、または電話、FAXにて。

※申込は3/1(金)から3/14(木)まで受け付けます。

3/15(金)に抽選を区民センターが行ない、窓口にて当選者の受付番号を掲示します。

※受講料は4/1(月)以降、1階受付でお支払いください。

※ご入金後のキャンセル、返金はできません。

主催・お申込み・お問い合わせ

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 (各水曜日)	月	日 (各水曜日)
4	3・10・24	7	3・10・17・31
5	8・15・22・29	8	7・28
6	5・12・19・26	9	4・11・18

講習会名	旭区民センター主催 百歳体操(水曜) (平成31年4月～9月 計20回) ASA19-021	<input type="checkbox"/> 前半クラス 13:00～ <input type="checkbox"/> 後半クラス 14:00～
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(水曜) (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 _____	<input type="checkbox"/>	¥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(水曜) (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。
	<input type="checkbox"/> 前半クラス 13:00～ <input type="checkbox"/> 後半クラス 14:00～	<input type="checkbox"/>	¥500-	
	受付番号 _____	担当印	担当印	

----- きりとり線 (受付時) -----

講習会名	百歳体操(水曜)	受付番号
日時	平成31年4月～9月 計20回 <input type="checkbox"/> 前半クラス13:00～ <input type="checkbox"/> 後半クラス14:00～	
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。	