

百歳体操

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 平成30年4月～9月(各月曜日計22回)
- ◆時間 ●前半クラス10:30～ ●後半クラス11:30～
- ◆定員 各25名(申込先着順) ※所要時間約45分
- ◆場所 旭区民センター集会室1
- ◆受講料 550円(6ヶ月/計22回分)
- ◆申込方法

裏面の受講申込書をご記入の上、窓口に持参、または電話、FAXにて。

申込先着順で定員になり次第受付終了。

※申込は3/6(火)から受け付けます。

※受講料は4/1(土)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22回)

月	日 (各月曜日)	月	日 (各月曜日)
4	2, 9, 23, 30	7	2, 9, 16, 23
5	7, 14, 21, 28	8	6, 13, 20, 27
6	4, 11, 18, 25	9	3, 17

講習会名	旭区民センター主催 百歳体操(月曜) (平成30年4月~9月 計22回) ASA18-022	<input type="checkbox"/> 前半クラス 10:30~ <input type="checkbox"/> 後半クラス 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30年4月~9月 計22回) (事業番号ASA18-022) <input type="checkbox"/> 前半クラス 10:30~ <input type="checkbox"/> 後半クラス 11:30~ 受付番号 _____	受付印	参加料入金確認欄 ¥550-	領収書番号 ※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30年4月~9月 計22回) (事業番号ASA18-022) <input type="checkbox"/> 前半クラス 10:30~ <input type="checkbox"/> 後半クラス 11:30~ 受付番号 _____	受付印	参加料入金確認欄 ¥550-	※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。
		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30年4月~9月 計22回 <input type="checkbox"/> 前半クラス10:30~ <input type="checkbox"/> 後半クラス11:30~	
場所	旭区民センター 3階 集会室1	
参加費	550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。	