

ISG国府台 < 春の健康スポーツ教室 > 4月～7月

教室コード	教室名	定員	開催期日	場所	時間	講師	参加費等	
月1	頭を使った からだトレニング	30	月曜日 全12回	柔道場	11:10～12:00	田村 秀人	¥6,100 (12回)	
火1	親子で遊ぼう 1歳児クラス (対象:2020.4.1現在 1歳)	40組	火曜日 全12回	柔道場	11:00～11:50	山村 裕子 吉田 妙子 水谷 雅美	¥6,500 (12回)	
火2	親子で遊ぼう 2歳児クラス (対象:2020.4.1現在 2歳)	40組			12:00～12:50			
水1	楽しもう エアロビクス	60	毎週水曜日 全16回	第2体育館	9:30～10:20	天沼 二三江	¥5,700 (16回)	
水2	らくらく エアロビクス	60			10:30～11:20			
水3	ハタヨガで 元気 長生き	65			11:30～12:45	豆澤 慎司		¥8,100 (16回)
水4	フィジカルストレッチ	50		剣道場	11:40～12:30	天沼 二三江		¥5,700 (16回)
木1	からだ リカバリー (手に入れようスムーズな動き)	50	毎週木曜日 全16回	柔道場	9:00～9:50	山下 千栄子	¥5,700 (16回)	
木2	からだ リメイク (手に入れよう動きやすい関節)	50			10:00～10:50			
木3	笑顔で筋活 1日3分	30		第1体育館	13:45～14:35	田村 秀人		¥6,500 (16回)
木4	ノルディックウォークで -10歳	30		クラブハウス前 (第1体育館)	14:45～16:00			¥8,100 (16回) (ポールレンタル代1回¥100)
土1	楽しく筋トレ パワーUP	55	毎週土曜日 全15回	柔道場	9:15～10:05	辻山 紀世子	¥5,400 (15回)	
土2	楽しく筋トレ バランスUP	55			10:15～11:05			
土3	入門 誰でもできるハタヨガ	60			11:15～12:30	豆澤 慎司		
土4	楽しく入門! ヒップホップダンス (小学1～6年生)	30		剣道場	9:10～9:50	木内 和明		¥7,600 (15回)
土5	チャレンジ! ヒップホップダンス (小学1年生～中学3年生)	40			10:00～10:50			

○ 応募方法 葉書(1人1枚1教室のみ)に、次の内容を記入して郵送ください。

返信葉書は不要 (ISG国府台で用意、合否返信いたします)

記入事項 ①参加希望教室 (教室コードと教室名)

②郵便番号 ③住所 ④電話番号

④氏名・フリガナ ⑤性別 ⑥生年月日(西暦)

親子プレスクールは児童・保護者共に④～⑥を記入

返信葉書のご用意は
必要ありません。

宛先 : 〒272-0827 市川市国府台1-6-4 ISG国府台 健康スポーツ教室

※ ISG国府台 クラブハウス窓口開業中は申請書での申込み可 (返信用葉書不要)

葉書での申し込みは、おひとり様1教室のみ。2つ目以降は☎での追加申込みとなります。

○ 応募締切日 令和2年2月22日(土) 必着 合否葉書発送 2月26日(水)の予定

○ 追加申し込み 教室に余裕がある場合は、3月2日(月)9:00から電話予約(先着順)を受付けます。
(電話受付は 複数教室の同時予約・ご友人分の同時予約も可)

○ 参加費の納付 当選葉書をご持参のうえ、3月4日(水)～3月17日(火)13:00までにご納付ください。

※期日までに納付に出来ない場合やキャンセルの場合は、必ずご連絡ください。

<お問い合わせ・予約電話番号> 市川スポーツガーデン(ISG)国府台 047-371-7800

電話・入金受付時間 月～土曜日 9:00～13:00

(日曜・祝日・スポーツセンター休館日:定休)