



SAIKI

佐伯総合スポーツ公園

春のスポーツ教室

◆ 硬式テニス教室（初めて・初級・中級）クラス

受講料：6,300円 対象：中学生以上

クラス	期間	曜日	回数	時間帯	定員
① 中級	4/10～ 5/29	火	8回	19:30～21:00	15名
② 初級	4/11～ 5/30	水	8回	19:30～21:00	15名
③ 初めて	4/12～ 6/7	木	8回	19:30～21:00	15名

◆ フィットネス教室

受講料： エンジョイ健康づくり 4200円 ・ ダンスDEシェイプアップ 5,000円

対象：中学生以上

クラス	期間	曜日	回数	時間帯	定員
④エンジョイ 健康づくり	4/12～ 6/21	木	10	10:00～ 11:00	20
⑤ダンスDE シェイプアップ	4/11～ 6/13	水	10	19:30～ 20:30	20

【内容】

- ① 試合を中心とした技術を学びたい人
- ② 安定したプレーができるようになりたい人
- ③ 基礎から学びたい人、健康・体力づくりをしたい人
- ④ チューブやステップ台等の器具を用いて、健康維持を目的としたウォーキングエアロ・健康体操・ストレッチなど
- ⑤ フィットネスダンスをモチーフにしたダンスエクササイズ

◆お問合せ・お申込み

往復はがきに ①教室名 ②住所 ③名前（ふりがな） ④年齢 ⑤電話番号
を記入の上、佐伯総合スポーツ公園に郵送、又は公園（事務所）にある申込書
に必要事項を記入し、はがきを1枚添えて提出してください。

佐伯総合スポーツ公園 〒738-0222 広島県廿日市市津田545番地
TEL:0829-72-1601 FAX:0829-72-1603