

# 通期スポーツ教室ご案内

## フレイル予防教室

心身の不調について学びながら、簡単なトレーニングを行います。

【日程】木曜日 11:30~12:30

【受講料】右記の表を確認してください。

【対象】65歳以上

【申込方法】	申込期間	申込方法	参加費
春期教室	2月1日~2月15日(必着)	ハガキ・メール FAX・窓口 (電話不可)	¥6,000-
夏期教室	6月6日~6月24日(必着)		¥6,000-
秋期教室	9月1日~9月15日(必着)		¥6,500-
冬期教室	12月1日~12月15日(必着)		¥5,500-

各期それぞれで申し込みをしてください。

曜日	教室名	時間	実施場所	対象	時期	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	⑬	回数
木	フレイル予防教室	11:30~12:30	体育室	65歳以上	春期	4/4	4/11	4/18	4/25	5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27		全12回
					夏期	7/4	7/11	7/18	7/25	8/8	8/15	8/22	8/29	9/5	9/12	9/19	9/26		全12回
					秋期	10/3	10/10	10/17	10/24	10/31	11/7	11/14	11/21	11/28	12/5	12/12	12/19	12/26	全13回
					冬期	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13	3/27		全11回	



KOBE STORMS BASKETBALL SCHOOL

## 神戸ストークスチアダンススクール (キッズ or ジュニア)

神戸ストークスによるチアダンススクールです。

初心者でも安心して指導してくれます。

【日程】木曜日 ①キッズ: 17:00~17:55 ②17:55~18:50

【参加費】¥14,160(月3回 月謝制) ※スクール制です。

退会の手続きがない限り、継続受講となります。

【対象】①満4歳~小学1年生 ②小学2年生~6年生

曜日	教室名	時間	実施場所	対象	時期	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	申込方法
木	神戸ストークス チアダンス (キッズ)	17:00~17:55	体育室	満4歳~小学1年生	通期	4/4	5/2	6/6	7/4	8/8	9/5	10/3	11/7	12/5	1/9	2/6	3/6	施設窓口で申込書 を提出してく ださい
						4/11	5/16	6/13	7/18	8/15	9/12	10/17	11/14	12/12	1/16	2/13	3/13	
						4/18	10/10	6/20	7/25	8/22	9/19	10/24	11/28	12/19	1/23	2/20	3/27	
	神戸ストークス チアダンス (ジュニア)	17:55~18:50	体育室	小学2年生~6年生		4/4	5/2	6/6	7/4	8/8	9/5	10/3	11/7	12/5	1/9	2/6	3/6	
						4/11	5/16	6/13	7/18	8/15	9/12	10/17	11/14	12/12	1/16	2/13	3/13	
						4/18	10/10	6/20	7/25	8/22	9/19	10/24	11/28	12/19	1/23	2/20	3/27	

注意事項	参加費	回数	その他
退会の手続きがない限り、継続受講となります。	月謝制 ¥14,160- (3か月まとめた支払いとなります)	毎月3回 ※変動する可能性がございます。	月の途中から参加の場合、日割り計算は行いませんのでご注意ください。

※神戸ストークスチアダンススクール 5月23日分 10月10日に振替