

11月

募集!

カラテでエクササイズ

日本武道である空手をベースにしたエクササイズ!
突き、蹴りを基本に基礎体力、バランス力、体幹力向上!
空手の動きは無理なく全身を鍛える事が出来ます!

是非! チャレンジしてみてください!

- ◆開催日 (1) 11月 8日 (金) 10:00~11:30
(2) 11月 15日 (金) 10:00~11:30
(3) 11月 22日 (金) 10:00~11:30
(4) 11月 29日 (金) 10:00~11:30
(全4回)

- ◆開催時間 毎週金曜日 / 10:00~11:30

※詳細スケジュールはお電話にてご確認ください

- ◆場 所 吹田市立武道館 第二武道室

- ◆参加資格 中学生以下除く

- ◆定 員 30名

- ◆受付期間 ~11月8日(金) [当日まで]

※受付時間 9:30~20:30

- ◆申込方法 ご来館もしくはお電話で

〒565-0825 吹田市山田北2-1

☎06-6877-6211

- ◆受講料 1,400円(税込)全4回

※お申し込み後、お客様のご都合によってキャンセルされた場合、返金対応は致しかねます。

- ◆持ち物 タオル、飲み物、動きやすい服装
(裸足で行います!)

- ◆主 催 吹田市体育協会・ミズノグループ



カラテで

11月

エクササイズ

開催日時 (1) 11月 8日(金) 10:00~11:30
(2) 11月 15日(金) 10:00~11:30
(3) 11月 22日(金) 10:00~11:30
(4) 11月 29日(金) 10:00~11:30 (全4回)

場 所 吹田市立武道館 第二武道室

参加資格 中学生以下除く

受講料 1,400円(税込)全4回

定 員 30名

受付期間 ~11月8日(金)〔当日まで〕

※受付時間 9:30~20:30

申込方法 ご来館もしくはお電話で

〒565-0825 吹田市山田北2-1

☎06-6877-6211



令和6年 月 日

領 収 書		
イベント名	カラテでエクササイズ	
氏 名	様	領 収 印
金額(税込み)	1,400円 税 抜 1,273円 消費税(10%)127円 <small>※お申し込み後、お客様のご都合によってキャンセルされた場合、返金対応は致しかねます。</small>	
美津濃株式会社 T4120001077559		

個人情報の取り扱いについて ※ケガ等の保険適用や参加者本人等に対しての連絡・相談などの目的以外に使用いたしません。

----- 切り取り線 -----

カラテでエクササイズ

11月申込書

令和6年 月 日

フリガナ		生 年 月 日	
氏 名	様	S・H	年 月 日
住 所	〒 —	全4回 1,400円	領 収 印
☎	— —		