

体力づくり 健康教室

有酸素運動や簡単なストレッチを基本にした体力づくりの為の体操を行います。

★A・Bクラス★

開催日時：2024年10/4・11・18・25 11/1・8・15・22・29 12/6・13・20
の金曜日

【Aクラス】午前9時～10時30分 【Bクラス】午前11時～12時30分

受講料：5,000円（税込）全12回

★Cクラス★

開催日時：2024年10/7・14・28 11/4・18・25 12/2・16・23の月曜日
午後3時～4時30分

受講料：4,000円（税込）全9回

Cクラスは毎回定員に余裕があります

※申し込みはA・B・Cのいずれか1つでお願いします。

講師：小柳弘子先生

定員：各40名（申し込み多数の場合抽選）

申込期間：9/6（金）午前10時～9/14（土）電話又は窓口にて

抽選日：9/15（日）10時

※センタースタッフが1Fロビーにて公開抽選を行います。

抽選の見学は自由です。ご来館いただかなくても、当落の影響はありません。

結果は抽選終了後の午後より館内と当館HPにてお知らせ致します。

※申し込みが定員に達しなかった場合は、9/16（月）午前10時より、

先着順にて空き枠の追加募集を窓口又は電話にて受付けます ※原則的には窓口優先です
なお、空き枠の募集は、定員に達した時点で終了します。

お支払い：2024年9/15（日）～9/30（月）午前9時～午後8時

※9/15（日）のみ抽選結果発表後 センター窓口でお支払いお願い致します。

原則、既納後の返金はできません。お支払いの際、身分証明証をご提示ください。

持ち物：動きやすい服装、運動靴（上履き）、汗拭きタオル、水分補給の飲み物

※お預かりしました個人情報は千里丘市民センターが責任をもって管理し、本事業の運営以外の目的には使用しません



お申込み、お問い合わせ

吹田市立千里丘市民センター

（吹田市千里丘上14番37号） ☎06-6878-9510

指定管理者：大阪ガスビジネスクリエイト・

国際ライフパートナー共同事業体