令和7年度 富士市交流プラザ生活文化事業
第1期募集教室一覧

教室名		日程				定員	ところ	受講料	申込期間
①	エンジョイダンシング&ワークアウト	4/9 ~ 6/25	水	10回	19:00~20:30	35名	多目的ホール	¥4,300	3/3~3/16
②	足腰強化・姿勢矯正トレーニング	4/8 ~ 6/24	火	10回	13:30~15:00				
③	お腹まわりのシェイプアップ	4/10 ~ 6/26	木	10回	10:00~11:30				
④	ベ シ ッ ク ヨ ガ	4/10 ~ 6/26	木	10回	19:00~20:30				
⑤	痛みやケガを予防する軽い筋トレ教室	4/9 ~ 6/25	水	10回	10:00~11:30				
⑥	女性のためのハンサムボディメンテナンス	4/7 ~ 6/16	月	10回	19:00~20:30	30名	練習室1	¥2,800	3/3~3/16
⑦	シ ニ ア 健 康 ヨ ガ	4/10 ~ 6/26	木	10回	13:00~14:30				
⑧	リ ラ ッ ク ス ヨ ガ	4/8 ~ 6/24	火	10回	18:30~20:00				
⑨	ア ス リ ー ト ヨ ガ	4/8 ~ 6/24	火	10回	20:00~21:30				
⑩	こっこつ貯筋健康プラス	4/7 ~ 6/16	月	10回	13:30~15:00	20名			
⑪	さわやかリズム&ストレッチ教室	4/9 ~ 6/18	水	10回	13:30~14:30	20名	練習室1	¥2,800	

※②、⑪は新規教室です。⑤は昨年度と異なる新しい先生となります。⑥は女性限定、⑦・⑩は60歳以上、⑪は50歳以上が対象。

申込期間内にFAX・はがきまたは直接来館してお申込みください。

直接来館での申込は、受付にあります申込書類に記入してお申込みください。

FAX・はがきの場合は、教室名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・自宅電話番号・携帯電話番号を記入して下記の連絡先までお送り下さい。

はがきの場合は、3月16日必着とします。

連絡先:富士市交流プラザ 富士市富士町20-1 TEL:0545-65-5523 FAX:0545-65-5538

受講希望者多数の場合は抽選とさせていただきます。

必ず受講できる教室のみ申込みしてください。どれか一つに当選するために複数申込みをするなど、当選後にキャンセルする見込みの講座への申込みはお控えください。