

令和4年度後期 小松市民センター主催教室 受講生募集

申込み ▶ 窓口受付：10月2日（日）午前9時30分から 電話受付：同日、午前10時30分から
 所定の申込書に記入し、10月16日（日）午後5時までに小松市民センター窓口へ提出してください。
 申込みは受講者本人またはそのご家族の方のみ受付可となります。

受講料 ▶ 申込書提出のときに窓口で納入してください。納入をもって受付完了といたします。
 納入いただいた受講料は、原則としてお返しできません。

※ 申込締切 ※
 10月16日（日）
 午後5時

※各教室において定員に達し次第申込みを締切ります。

※各教室において受講者数が定員の過半数に達しない等、やむを得ない場合は教室を開催しないことがあります。

期間	教室名	曜日・時間	定員	回数	受講料	内容
10月3日	太極拳	火曜日 10:00~11:30	初心者15名 経験者25名	14回	4,200円	身体を左右均一に使い、ゆったりとした動きでバランス感覚を養います。転倒予防・骨密度アップのお手伝い！
	歌謡	第2・4火曜日 10:15~11:45	50名	10回	4,200円	歌のメロディには心の調和・安定、リズムには協調性、歌詞には理解力を育む力があります。脳の活性化、ストレスの解消にも役立ちます。
	謡曲	第1・3火曜日 13:30~15:00	20名	12回	5,000円	日本の文化や史実にふれられる教室で姿勢を正して発声することによって健康にも大変良いと言われていています。
	リズムダンス	水曜日 19:30~20:45	15名	15回	5,200円	年齢を問わずに手軽に楽しめる健康ダンスです。馴染みやすい歌謡曲にあわせて踊ります。
	健康体操	木曜日 10:00~11:15	50名	15回	4,500円	「健康寿命を延ばすには体操が1番！」をキャッチフレーズに、音楽のリズムにのって楽しく運動する教室です。
	ソフトヨガB	第1・3木曜日 9:30~10:45	12名	12回	5,000円	大人気のソフトヨガ教室の平日クラスです。
	総合書道A	第2・4金曜日 13:30~15:30	20名	10回	3,400円	書道の基礎からしっかり学び、楽しく実力アップを目指します。
	総合書道B	第1・3金曜日 13:30~15:30	20名	10回	3,400円	日常生活の中で使えるように基礎から始めます。
ソフトヨガA	第1・3土曜日 13:30~14:45	15名	12回	5,000円	身体の硬い方でも大丈夫です。肩こり等に悩んでいる方にお勧めです。	

【問合せ】 小松市民センター TEL：24-6101（受付時間 午前9時～午後5時）