

女性の身体のためのミュージックセラピー
 ～Let's 骨盤底筋&表情筋トレーニング～
 月3回/水曜日

- ▼ ブラッシュアップクラス
 (産後6カ月～40代の女性)
 10:00～10:45
- ▼ アンチエイジングクラス
 (50代以上の女性)
 11:00～11:45

御殿場市民会館カルチャー教室 令和4年度 日程

2022年 10月	5・12・19日	
11月	2・9・16日	
12月	7・14・21日	
2023年 1月	11・18・25日	
2月	1・8・15日	
3月	1・8・15日	
会場	御殿場市民会館 視聴覚室	
持ち物	動きやすい服装・ヨガマットまたはバスタオル・マスク	
参加料 (月謝) 月3回	3,300円(税込)	月謝集金：毎月最初の教室日に現金にて市民会館受付へ月謝のお支払いをお願いします。月謝袋にお釣りのないようご用意いただき、講師へお渡してください。

ご注意及びお願い

- ◆ 「欠席」 (一日単位) の場合は、市民会館受付、または講師の方へ事前にご連絡ください。
 例：「来週の〇〇教室は用事があるので欠席 (お休み) します」などの場合
- ◆ 1カ月以上「休講」 (ひと月単位) または退会する場合は、その月の最初の教室日の前日17時までに市民会館受付に電話、または直接窓口に事前にご連絡ください。ご連絡がなかった場合は、休講期間、または退会月の受講料をお支払いいただきますのでご注意ください。
 例：その月の最初の教室日が「5月2日」の場合
 5月を休講するときのご連絡は「5月1日の17時まで」
 4月末で退会するときのご連絡も「5月1日の17時まで」
- ◆ 担当講師の都合により講座が不可能となった場合、または台風などの自然災害や重大事件が発生した場合は、臨時休講、日程変更、代理講師の指導等、臨時の措置を取らせていただく場合があります。
- ◆ 他の受講生に対して個人的な目的での販売や勧誘行為は固くお断りいたします。
- ◆ 教室中にけが等が発生した場合は、職員が応急処置を行います。その後の補償は、当館が加入する損害保険 (最大補償200万円) の適用範囲内となります。

お問合せ

御殿場市民会館受付 TEL：0550-83-8000
 電話受付時間 8:30～21:00 ※ 毎月第3月曜日 (休館日) を除く