

## 10月からの教室のご案内

【ノルディックウォーク教室】対象：3km 程度の連続歩行ができる方

教室名	日程	時間	定員	費用	持ち物
ノルディックウォーク教室	29 年 10 月 4 日～ 12 月 13 日 毎週水曜日全 10 回	11:30～12:45	30 名	7,200 円 (ストックレンタル代別途各 210 円)	運動ができる 服装 外靴 水分

※11月1日はお休み

**※6月1日より郵便料金が改定となりました。郵便料金にご注意ください。**

往復ハガキの記入方法

(往信面の宛先)

江戸川区総合体育館 〒133-0043 江戸川区松本1-35-1

(往信面)

① 希望教室名②住所(在学の方は学校名を記入)③氏名(ふりがな)

④ ④年齢(学年)⑤電話番号

(返信面)ご自分の住所・氏名を記入

**※申込締切9月20日(水) ハガキ郵送必着、または持参**

**9月10日より受付開始**