

受講生 募集

主催 公益財団法人 富士市振興公社
富士川ふれあいホール
0545-81-2333
りふし富士

美！ボディメイクエクササイズ

「もっと体を引き締めて美しくなりたい」「もっとカッコよく
タフになりたい」「もっと不調に悩まず元気になりたい」そんな
女性のみなさん、筋膜リリース・筋力トレーニング・筋持久
力トレーニング・有酸素運動などを通して、なりたい自分に近
づくエクササイズを始めてみませんか？

- 〔日 時〕 令和7年4月11日～6月13日
毎週金曜日（10回）
- 〔時 間〕 10：00～11：30
- 〔場 所〕 富士川ふれあいホール 多目的ホール
- 〔定 員〕 25 名
- 〔対 象〕 一 般（女性限定）
- 〔受講料金〕 4,300円
- 〔講 師〕 村井 美和（メノポーズケアインストラクター）



応募方法

- 申込期間 **令和7年3月7日(金)から3月16日(日)**
来館受付時間は 8:30～20:30 迄です。
- 申込方法
(来館の申込み) 電話または直接来館してお申込み下さい。
直接来館での申込みは、受付にあります申込み用紙に記入してお申込み下さい。
- 諸 注 意
受講希望者多数の場合は抽選とさせていただきます。
開催日程は気象警報等により変更する場合があります。
教室受講の権利は、他の人に譲ることはできません。また、お子様同伴での受講は出来ません。
当選者は、特別な理由がない限りキャンセルできません。

富士市振興公社が主催するイベントや教室の開催・募集情報を  twitter  Facebook で、お知らせしています。
公社HP (URL : <http://www.fuji-kousya.jp/>) から、ご利用いただけます。