

2018年度 7月～9月期

ゆいぽーとで続ける健康習慣！

ゆいぽーと 男性フィットネス

男性対象
好評開催中！！

正しい姿勢のための簡単なストレッチ・筋力トレーニングを行います。
ふだん運動はあまりしていない、運動はちょっと苦手・・・という方も
安心して身体を動かせるエクササイズです。

初心者の方も大歓迎！お気軽にご参加ください！



2018年7月14日(土)～9月22日(土) **8月11日はお休み**
11:00～12:00(土曜日・全10回)

参加費 **税込7,560円** (税抜7,000円)

定員 **12人** (先着順)

申込方法 来館・電話・FAX (裏面の申込用紙)

またはE-Mailで、
ゆいぽーとへお申し込みください。

場所 ゆいぽーと 3階フィットネスルーム

持参物 運動できる服装、室内用運動靴、飲み物、
タオルなど。

※フィットネスルームは、土足厳禁です。
必ず室内用運動靴をお持ちください。

講師 **フィットインジャパン株式会社 手嶋 恵**
(健康運動指導士、スポーツトレーナー)

※都合により、講師が変更となる場合があります。
※医師から運動を止められている方は、受講できません。
ご了承ください。



※参加費は、振込となります。

6月29日(金)までにお振り込みください。

お申込みいただき次第、口座名をお伝えいたします。
ご入金いただいた参加費は、返金することができません。
恐れ入りますが、振込手数料はご負担ください。

主催・申込・問合せ **広島市男女共同参画推進センター**

広島市男女共同参画推進センター
ゆいぽーと



〒730-0051 広島市中区大手町5丁目6番9号 (鷹野橋商店街東側入り口)
[Tel] 082-248-3320 [Fax] 082-248-4476 [E-mail] info-y@yui-port.city.hiroshima.jp
[開館時間] 9:00～21:00 [休館日] 月曜日、祝日法に規定する休日、12月29日～1月3日
[URL] <http://www.yui-port.city.hiroshima.jp/>

メルマガ『ゆいぽーとキラリ通信』 おすすめ情報を月2回お届けします。上記URLからどうぞ

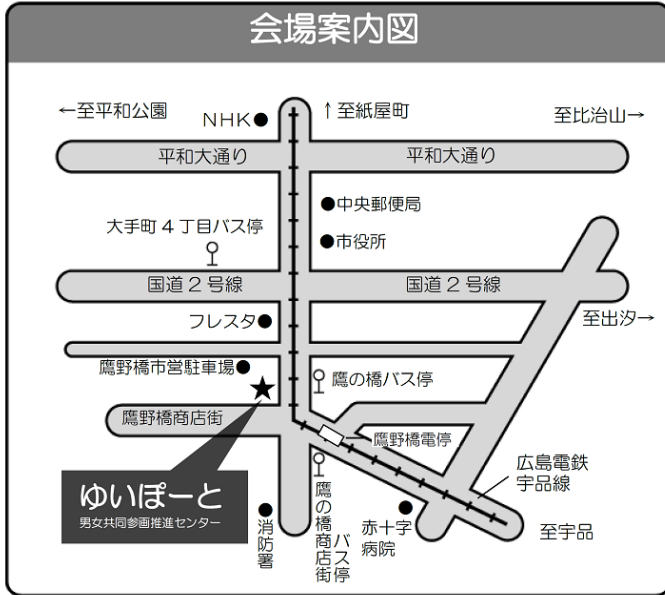
 Facebook 更新中！

 いいね！押してね☆

◆2018年7月～9月 ゆいぽーと男性フィットネス◆

<申込について>

電話、FAX、Eメール、来館のいずれかでご応募ください！ **定員12人！！先着順！！**



交通案内

【路面電車】

- ① 広島駅～広島港（宇品）
- ③ 西広島駅～広島港（宇品）
- ⑦ 横川駅～広電本社前
「鷹野橋」電停下車、徒歩3分

【広電バス】

- ③ 広島駅～観音方面
- ⑥ 牛田方面～江波方面
「大手町4丁目」バス停下車、徒歩5分

【広島バス】

- 広島駅～グランドプリンスホテル広島方面
(21-1) 「鷹の橋」バス停下車、徒歩3分
(21-2) 「鷹の橋商店街」バス停下車、徒歩1分

- 駐車場はありません。鷹野橋市営駐車場（有料）などをご利用ください。徒歩3分
- 駐輪場（無料）は鷹野橋市営駐車場の隣にあります

※記載された個人情報は、ゆいぽーとの事業以外には使用いたしません。

2018年7月～9月 ゆいぽーと男性フィットネス申込書

申込日： 月 日

(自宅)： ()

ふりがな

氏名： _____ 電話番号

(携帯)： ()

年齢： 10代・20代・30代・40代・50代・60代・70代～

メールアドレス： _____ @ _____

ゆいぽーとの最新情報をご希望の方に、メールマガジンをお届けします（ 登録する ・ 登録しない ）

※登録・会費無料（通信費がかかります）

※「まぐまぐ！メールマガジン読者登録規約」をご確認ください

ご応募 継続 ・ 再開 ・ 初めて：応募のきっかけ（ ）



※ゆいぽーと記入欄