

2018年度 10月～12月期

# ゆいぽーと 男性フィットネス

ゆいぽーとで続ける健康習慣！ 男性対象 好評開催中♪

2018年10月13日～12月22日  
11月3日はお休み  
11:00～12:00(土曜日・全10回)

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！



参加費	税込 <b>7,560円</b> (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。  
9月28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10月～12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10月～12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

受付者： \_\_\_\_\_