

ワークヒル土浦 第2期講座

問ワークヒル土浦 ☎826-2622
〒300-0027 木田余東台四丁目1-1)

④往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望講座を記入して郵送、または郵便はがきを窓口へ持参
※月曜休館。はがき1枚につき1講座の申し込み(連名は不可)
※親子の講座はお子様の氏名(ふりがな)、年齢も記入
☑6月20日(土)(必着)
※定員を超えたときは抽選。また、申し込み少数のときは中止となる場合があります。

曜日	講座名	対象	時間	日程	回数	定員	受講料
火	らくらくシニア体操	一般男女	10:00~11:00	7/7~9/15	10	30人	5200円
	カラダすっきり!ストレッチヨガ	一般男女	11:20~12:20	7/7~9/15	10	30人	5200円
	美 body kick exercise	一般男女	13:30~14:30	7/7~9/15	10	30人	5200円
	コンシャスヨガ&自力整体	一般男女	15:45~17:00	7/7~9/15	10	30人	5200円
	ヒップホップエクササイズ&ストレッチ	一般男女	18:50~19:50	7/7~9/15	10	30人	5200円
	エアロ&体幹トレ~ボディシェイプ☆ワークアウト~	一般男女	20:00~21:00	7/7~9/15	10	30人	5200円
水	エアロビクス水曜	一般男女	10:00~11:00	7/8~9/16	10	30人	5200円
	よちよちわんぱく親子ビクス	1歳以上の未就園児と保護者	11:30~12:30	7/8~9/16	8	15組30人	4100円
	パンチ & キックエクササイズ	一般男女	18:50~19:50	7/8~9/16	10	30人	5200円
	ZUMBA(a)~ラテン音楽+ダンスエクササイズ~	一般男女	20:00~21:00	7/8~9/9	5	30人	2600円
	ZUMBA(b)~ラテン音楽+ダンスエクササイズ~	一般男女	20:00~21:00	7/15~9/16	5	30人	2600円
金	ひさしぶりのピアノ	一般男女	9:50~10:50	7/10~9/25	10	8人	10500円
	はじめてのピアノ(初心者)	一般男女	11:00~12:00	7/10~9/25	10	8人	10500円
	やさしいピラティス	一般男女	10:00~11:00	7/10~9/25	10	30人	5200円
	赤ちゃん親子ビクス	歩行開始前の0歳児と保護者	11:45~12:45	7/10~9/25	8	15組30人	4100円
	インセンスヨガ~アロマプラス~	一般男女	13:30~14:30	7/10~9/25	10	30人	5200円
	チビツ子体操	未就学児(4~6歳)	16:30~17:30	7/10~9/25	10	15人	10500円
日	すっきり爽快エアロ	一般男女	18:50~19:50	7/10~9/25	10	30人	5200円
	キャンドルヨガ	一般男女	20:00~21:00	7/10~9/25	10	30人	5200円
	ステップエクササイズ&ストレッチ	一般男女	18:00~18:50	7/5~9/13	8	25人	4100円
	ウィークエンドヨガ デトックス+リフレッシュ	一般男女	19:00~19:50	7/5~9/13	8	30人	4100円

※…(a)(b)重複申し込みは不可

こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃ・ん HAPPY BIRTHDAY 6月生まれ



8月で1歳になる赤ちゃんを募集!!

④①誕生日、②住所、③氏名(ふりがな)、④電話番号、⑤一言(25文字以内)を記入し、写真を添えて広報広聴課へ郵送、メール(kouho@city.tsuchiura.lg.jp)または直接

☑6月30日(火)

※8月上旬号または中旬号に写真、氏名、町名、一言を掲載します。



祝1歳★
これからの成長を
楽しみにしてるよ

村田梨紗ちゃん
(おおつ野七丁目)



祝1歳♥これからも
すくすく育ててね!
大好きだよ!

板谷俊助ちゃん
(小松一丁目)



元気にすくすく
育ててね♥
えいちゃん大好き♥

津田瑛太ちゃん
(田中三丁目)



いつも笑顔が
可愛い心結ちゃん♡
大好きだよ

川久保心結ちゃん
(西根西一丁目)



君の人生が
虹のような優しさで
彩られますように

馬場あやなちゃん
(荒川沖東三丁目)



1歳おめでとうッ
いつまでもみんなの
癒しでいてね♡

芳賀沼君袈ちゃん
(小松一丁目)