

水曜日
午後

ダンスアクア

有酸素運動

脂肪燃焼

心肺機能向上

- ・ アクアビクスにダンス要素を取り入れたエクササイズ教室です。
- ・ 「浮力」・「抵抗」・「水圧」・「水温」を十分に活かし、心肺機能を高め血液循環の向上や脂肪燃焼を図ります！

開催日

4 月 16 ・ 23

5 月 7 ・ 14

教室詳細

- 時間 13:00~13:40
- 受講料 700円/回 (当日現地払い)
- 対象 一般
- 定員 20名
- 講師 田中 友里 先生
- 会場 2F 温水プール
- 準備物 水着・水泳帽・タオル・飲み物

- ・ 当日券売機にてチケットを購入し、会場までお越しください。
- ・ ポイントカードがございます。初回、受付にて発行いたします。

大規模改修工事に伴い、6月以降の開催はいたしません。
大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解の程お願いいたします。

【事前申込み必須】

- ・ 申込み期間 令和7年3月1日(土)~3月22日(土) 抽選日 令和7年3月23日(日)
 - ・ 申込み期間中に事務室にて申込み用紙をご記入ください。
- ※令和7年度は(火)アクア、(水)ダンスアクアのみ開催となります。どちらか一方にお申込みください。
- ・ 抽選後、当選者のみに電話でご連絡いたします。

注意事項

- ・ 一度お支払い頂いた受講料は原則として返金できません。
- ・ 事業の様子は写真・動画撮影をさせていただき、ホームページ等に掲載する場合がございます。予めご了承ください。
- ・ 駐車場は有料です。(1時間100円、その後30分毎に50円)満車の場合は近隣のコインパーキング等をご利用ください。路上への駐車等はおやめください。
- ・ 貴重品は自己管理をお願いします。盗難・紛失等の責任は当館では負いかねます。
- ・ 個人情報等については、関係法令を遵守して取り扱うものとし、当財団の事業以外の目的には利用いたしません。
- ・ 夜間(17時以降)の小学生対象教室にご参加の場合は、原則として、保護者の方の送迎をお願いいたします。