

# 平成30年度第3回やさしいエアロビでシェイプアップ教室

公益財団法人呉市体育振興財団

1. 目的 エアロビクスを楽しみ、体力の向上と、健康維持を図る。

2. 対象・定員 18歳以上 35名

3. 実施日時 毎週月曜日 19:00~20:30 (全10回)

コース	12月	1月	2月	3月
月曜日 コース	17日	7日	4日	4日
		21日	18日	11日
		28日	25日	18日

4. 場所 呉市総合体育館オークアリーナ(サブアリーナ)

5. 参加費 3,500円

6. 指導者 中井千恵エアロビクスダンススタジオ 指導員

7. 申込 (1)11月18日(日)~11月28日(水)17:00までにオークアリーナ(電話 74-0909)へ。

(2)申込みが定員を超えた時は、抽選とします。重複申し込み可

**(3)支払手続きは、12月2日から12月12日までをお願いします。**

**(4)支払期間内に、手続きのない場合は、キャンセルとなります。**

8. その他 (1)運動のできる服装と室内シューズを用意して下さい。

(2)参加者はスポーツ傷害保険に加入しています。

(3)納入した参加費は払い戻しは、いたしません。

問合せ先:(公財)呉市体育振興財団 (オークアリーナ)

〒737-0141 呉市広大新開1-7-1

TEL(0823)74-0909