

令和3年度 第3回 エアロビクス教室

(公財)呉市体育振興財団

- 目的 (1) エアロビクスの楽しさ・厳しさを身につけ、日常生活に役立たせる。
(2) 体力の向上と、健康維持を図る。
(3) 基礎的な技術を身につけ、生涯スポーツの基礎とする。

2. 対象・定員 18歳以上 各35名

3. 実施日時 水曜日(9回)・金曜日(10回) 19:00~20:30

水曜日	12月	8日	22日	
	1月	12日	26日	
	2月	2日	9日	
	3月	2日	9日	23日

予備日:3/30

金曜日	12月	17日	24日		
	1月	7日	14日	21日	28日
	2月	4日	18日	25日	
	3月	4日			

予備日:3/25

- 場所 呉市総合体育館シシヨーオークアリーナ(サブアリーナ)
- 参加費 水曜日3,600円・金曜日4,000円
- 指導者 中井千恵エアロビクスダンススタジオ 指導員
- 申込 (1)10月21日(木)~10月30日(土)17:00までにシシヨーオークアリーナへ。
(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)支払期間は、11月3日(水)~11月12日(金)までをお願いします。
(4)支払期間中手続きのない場合は、キャンセルとなります。
- 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)納入した参加料は払い戻しはいたしません。
(4)申し込みが少人数の場合には、教室を中止することがあります。

問合せ先:(公財)呉市体育振興財団 (シシヨーオークアリーナ)
〒737-0141 呉市広大新開1-7-1
TEL(0823)74-0909