

アクアビクス教室

☆☆☆☆☆ 参加者募集！！ ☆☆☆☆☆

アクアビクスとは、水の中で音楽に合わせて体を動かす運動で、
水の抵抗や浮力を受けるためエネルギー消費も
多く健康増進と体力づくり、シェイプアップ効果もあります。

日時	9月8日～10月13日 <毎週木曜日> 午前10時45分～11時30分 計 6 回
場所	あずまウォーターランド
対象	18歳以上の市内在住・在勤・在学者 ※プールでの歩行が出来ない方は、ご遠慮ください。 顔は付けられなくても可。
定員	25 名
受講料	無 料 ※ただし施設使用料は要 1回 320円

申込先 下記日程の15分間のうちに、
あずまウォーターランドへ直接お越しください。
9月1日(木) 午後2時～15分間のみ受付
場所:あずまウォーターランド内ロビー

- 注)抽選場所・方法はコロナ感染状況により、変更になる場合があります。
- ※ 定員を超えたら、日程の受付終了時から抽選会を行います。
抽選にて当選された方は、当選権利を譲渡することは出来ません。
 - ※ 申込みはご本人に限ります。代理受付はできません。
 - ※ お電話による予約はできません。

お問い合わせ先

伊勢崎市あずまウォーターランド
電話0270-62-9966