

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** 5月17日～6月21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** 50 名
- 受講料** 無 料 ※ただし施設使用料は要 1回 310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。
5月10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

※ 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