

初めての方限定

予約受付中!

岐阜メモリアルセンター
長良川スイミングプラザ

アクアビクス

第1弾

お一人様
1回限り

無料体験



8日間だけの
チャンスです! 10:00~11:00

1/11 (水) 1/12 (木) 1/13 (金) 1/18 (水)
1/19 (木) 1/20 (金) 1/25 (水) 1/26 (木)

★こんな方にお勧め★

- ・楽しみながら運動をしたい方
- ・健康のため体を動かしたい方
- ・体力をつけたい方
- ・冬太りを予防したい方も...

また、同じ目標を持った仲間との
コミュニケーションも楽しみの一つです♪

御予約 → 058-294-7294

アクアビクス

10:00~11:00

(水)・(木)・(金)

音楽に合わせて体を動かす有酸素運動です。
運動を始めたい方や運動初心者向けの易しい教室です。
大きな動きや素早い動きを取り入れ、運動不足解消や
シェイプアップにも効果があります。

楽しく♪ レッツ・エクササイズ!

受講料
5,300円

駐車場のご案内

◆サンサンデッキ下をご利用下さい。(有 料)

受講日程	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回	9回	10回
水曜日	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1	3/8	3/15
木曜日	1/12	1/19	1/26	2/2	2/9	2/16	2/23	3/2	3/9	3/16
金曜日	1/13	1/20	1/27	2/3	2/10	2/17	2/24	3/3	3/10	3/17

申込
方法

随時受付中!

お問合せ 058-294-7294

- 申込票を切り取り、必要事項を記入してください。
直接、長良川スイミングプラザにお持ちいただくか、
官製はがきに 貼付け、下記住所へご郵送ください。

〒502-0817 岐阜市長良福光大野2675-28
長良川スイミングプラザ

- 定員になり次第、締め切らせていただきます。
- お申込み時に受講が確定されますので、開始日までに
こちらからの事前案内(掲示)等を行ないません。
- 受講料：受講当日(初回)に徴収させていただきます。

メモリアルセンター・スイミングプラザ
*** 第3期 水泳教室 申込票 ***

教室名		アクアビクス		曜日	曜日
生年月日	S・H	年	月	日	才
ふりがな					男・女
氏名					
住所	〒				
電話番号					
<お願い>					
お一人様1教室につき申込票1枚のお申込とし、 同一の教室に複数人での申込みや、 1枚の申込票で複数の教室を申込まれた場合は 無効となります。					

切り取ってください