

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

お一人様  
1回限り

## 無料体験

6日間だけの  
お試しです!

10:00~11:00



★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
- ・ . . . .

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

☆ 1/9(水) 1/10(木) 1/11(金)

☆ 2/6(水) 2/7(木) 2/8(金)

# 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  
5,500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	1/9	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13
木曜日	1/10	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/7	3/14
金曜日	1/11	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	2/22	3/1	3/8	3/15

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。

切り取  
って  
くだ  
さい

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					
氏名					男・女
住所	〒				
携帯番号					
<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お申込みや、 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。					