

# アクアエクササイズ

## 水中運動 参加者大募集!



■浮力が関節への負担を減らします

■水中では消費カロリーが増えます

■水圧が血行を促進します

- 開催日程  
7/16 ・ 7/17 ・ 7/18  
7/19 ・ 7/20 (全5日間コース)
- 会場 : 大田市民公園プール
- 時間 : 15:30~16:30
- 定員 : 10名
- 参加料 : 3,850円  
任意保険料 1,200円

※ なお、今年度、大田総合体育館主催のスポーツ教室に参加されスポーツ安全保険に加入されている場合はその保険が適用されます。

### ◆お申込みについて

- ◆ 募集期間 ○ 令和6年6月24日(月)~7月12日(金)
- ◆ 申し込み方法 ○ 電話申し込み(0854-82-6408)まで
- ◆ 申し込み必要事項 1. 住所 2. 氏名(フリガナ) 3. 年齢 4. 電話番号
- ◆ 抽選について ○ 定員を超えた場合は抽選となります。
- 持ち物 : バスタオル・スイミングキャップ・ゴーグル・水着・飲み物

参加料の納付および手続きについて

○参加料を添え体育館窓口へお申込みください。

○ 申込み終了後の参加料について、個人の都合によるキャンセルは返金いたしませんのでご了承ください。

○ お申込み時にいただいた個人情報は、本事業実施に必要な事務のために使用し、他の目的では使用しません。

●受付で手指の消毒を行ってください

●発熱の症状があり、体調がすぐれない方の参加はお控えください