



プールレッスンのご案内



1日限定の短期レッスンになります。
この機会に是非ご参加ください！！

教室名	開催日	時間	定員	内容
ウォーキング エクササイズ ①	9月19日 (木)	9:30~10:30	10名	水の浮力、水圧を利用して 全身運動を行います。 ※泳げない方、体力に自信の ない方でも安心してご参加 いただけます。
ウォーキング エクササイズ ②	9月26日 (木)	12:30~13:30	10名	

【申込期間】

<受付窓口> 2024年9月5日(木)9時~

<FAX> 2024年9月6日(金)9時~

※参加者が4名に達しない場合は中止することがあります。

① 9月15日(日)まで

② 9月22日(日)まで

【受講料】

各教室 1,000円 (教室当日に納入)

※納入された受講料は自己都合での返金はできません。

※プールをご利用の場合は別途利用料が必要です。

※定員に空きがあれば、当日参加することが出来ます。

レッスン当日に1階受付にてお問合せください。

(先着順)



【対象者】

義務教育修了以上の方

【申込方法】

受付窓口 又は FAX(079-272-5613)で、下記の申込書に必要事項をご記入の上、持参あるいはFAXにて送信をお願いいたします。

※受付窓口での申込手続きはご本人様、又はご家族に限ります。

※FAXでお申込みの方は必ずFAX番号をご記入ください。(受付完了のFAXを返信します)

初めての参加者にはリフレ・チョーサ オリジナルスイミングキャップをプレゼント!

〒671-1236 姫路市網干区網干浜4-1	TEL: 079-272-5601
姫路市立網干健康増進センター	FAX: 079-272-5613
休館日: 水曜日(祝日の場合、翌平日)	年末年始: 12/29~1/3

短期レッスン	希望教室日	9月19日 ・ 9月26日	受付No. 受付日	担当: /
フリガナ			性別	電話番号
氏名			男 ・ 女	
住所	〒 -		年齢	FAX