

エアロビクス教室 開催要項

- 開催期間 令和5年4月13日から令和6年3月14日までの毎週木曜日 全46回
19時30分から20時45分まで 月当たり2回から4回実施
- 対象及び定員 一般30名
- 内容 様々なバリエーションを取り入れた運動プログラムを実施し、初心者から気軽に参加できるエアロビクスで、全身のバランスや筋力アップを図ります。
- 指導者 荒井 莖子 先生（エアロビクスインストラクター）
- 受講料 23,000円（保険料を含む。）
【スポーツ保険補償額 入院日額1,500円 通院日額1,000円】
- 会場 天童市スポーツセンター総合体育館（小アリーナ ほか）
- 申込 ①お申込みは、スポーツセンターホームページもしくは、総合体育館事務室
受付でお願いします。
②受講料は、指定口座への振込もしくは、1回目開講日をお願いします。
③申込み期日は、令和5年4月10日（月）
- その他 ①運動のできる服装、タオル、飲み物、着替え、上履きをご準備ください。
②貴重品、下足等は各自で管理ください。
③定員になりしだい締め切ります。
④教室時の写真を当センターホームページ等に掲載する場合がございますので、ご理解とご協力をお願いいたします。
⑤『令和5年度スポーツ教室受講料の割引券』を提出の方は、受講料を割引きます。
⑥詳しくは、令和5年度当センターイベントチラシをご覧ください。
- 教室開催日 4/13. 20. 27 5/4. 11. 18. 25
6/1. 8. 15. 22. 29 7/6. 13. 20. 27
8/3. 10. 17. 24. 31 9/7. 14. 21. 28
10/5. 12. 19. 26 11/2. 9. 16. 30
12/7. 14. 21 1/11. 18. 25
2/1. 8. 15. 22. 29 3/7. 14
- 問い合わせ先 天童市スポーツセンター（電話654-6100） 担当 遠藤