

教室体験

対象プールプログラム

教室名	日時		対象	定員
成人水泳コース	火・水・木	11:30 ~ 12:30	高校生以上	先着3名
	火・水・金	19:30 ~ 20:30		
マスターズコース	月・木	19:30 ~ 20:30		
目的別水泳コース	月・金	12:10 ~ 12:40		
	土	19:00 ~ 19:30		
アクアサイズ	月	11:30 ~ 12:10		
気になりだしたら	水・金	19:00 ~ 19:30		
アクアズンバ	火	19:00 ~ 19:30		
	金	11:30 ~ 12:00		
高齢者水泳コース	火・木	14:00 ~ 15:00		
ベビー	月・金	10:00 ~ 10:45	生後6ヶ月～2歳6ヶ月	先着3名
	土	10:15 ~ 11:00		

対象研修室プログラム

教室名	日時		対象	定員
歪み改善エクササイズ	木	10:45 ~ 11:15	高校生以上	先着3名
	火	18:15 ~ 18:45		
トータルシェイプ	火	10:45 ~ 11:15		
	金	18:15 ~ 18:45		
ストレッチポール コアトレ	月	10:45 ~ 11:15		
	金			
ヨガ	水	9:15 ~	高校生以上	先着2名
	月・水	19:00 ~		
	土	15:00 ~		

参加料 施設利用料+保険料530円 ※1つの教室最大2回までの参加、合計4回まで体験可能
 申込み 申込み用紙に必要事項を記入の上、沼ノ端スポーツセンターフロントに提出
 ※ヨガのみ一週間前までの受付とします

申込用紙

体験教室		日時	
参加者氏名		生年月日	年 月 日
住所	〒 -		
電話番号		緊急連絡先	
参加同意書			
私は、教室体験 参加するにあたり下記の事項に同意します			
1 心身ともに健康であること			
2 指導中の不可抗力による事故に対して当施設は一切の責任を負いかねます			
参加者氏名			印