

プールレッスン 2023年1月～3月



# アクアビクス(有料) 歩行教室(無料)・マーチ&ラン(無料)

16歳以上の方であればどなたでもご参加いただけます。

〈無料〉レッスン				
歩行レッスン		1月	2月	3月
定員：各回 なし		1/23・30	2/13・27	2/13・27
月曜日	10:00～10:20 (20分間)	ゆっくり歩行 水中歩行の基本をゆっくりおこないます。		
担当	多田 	対象	※どなたでもご参加いただけます。	
〈有料〉レッスン				
アクアビクス		1月	2月	3月
定員：各回 30名		1/23・30	2/13・27	2/13・27
月曜日	11:05～11:35 (30分間)	アクアダンス30 基本的なアクアダンスの動作を色々なアレンジで組み合わせ、 どなたにでも楽しみながら運動できるクラスです。		
担当	山田 	対象	※どなたでもご参加いただけます。	
〈無料〉レッスン				
歩行レッスン		1月	2月	3月
定員：各回 30名		1/18・25	2/1・8・15・22	2/1・8・15・22
水曜日	11:05～11:35 (30分間)	スマイルアクア マーチ&ラン 水中でゆっくり大きく移動しながら歩く、 その場で走る運動を楽しく繰り返しながら運動していきます。		
		対象	※どなたでもご参加いただけます。	
		担当	多田	遠山

## ★レッスン参加の流れ★

- ①レッスン当日、フロントにてレッスン参加台帳に記名をお願いします。  
※レッスン開始1時間前より記名が可能となります。  
※アクアダンス30 (有料) ・スマイルアクアマーチ&ラン (無料) は  
定員がございます。定員に達した場合はご参加いただけません。
- ②アクアダンス30 (有料) にご参加の方はフロントにて参加台帳に記名後、  
レッスンチケット (回数券もしくは当日チケット) をフロントにご提出ください。  
ゆっくり歩行・スマイルアクアマーチ&ランはプールサイドにて受付いたします。
- ③レッスン開始時間までにプールへお越しください。  
※レッスン参加時は、別途施設利用料が必要です。



# 詳細



【販売開始】 **2023年 1月 10日 (火) 10:00より**

## **柴崎市民体育館 フロント（券売機）にて回数券販売 開始**

【回数券】 ・3回分回数券 1,980円(税込)  
・当日1回チケット 770円(税込)

※お支払いは現金のみ

※当日1回チケットは、ご購入当日のみ有効です。

【定員】 アクアダンス30：30名  
スマイルアクア マーチ&ラン：30名  
ゆっくり歩行：定員なし

【その他】 ・レッスン当日は、別途 施設利用料が必要です。  
・こちらのレッスンは全て16歳以上の方が対象です。  
・お電話ではお申込みできません。  
・ご購入いただいた回数券は、1～3月の期間中に実施する  
レッスンのみご利用いただけます。  
対象クラス、実施日等は別紙をご確認ください。  
・急遽、担当者の変更・またはレッスンが中止となる場合がございます。

### **【キャンセル・返金について】**

※購入後の返金は、原則行いません。

**主催者都合や行政判断によりレッスン休講となった場合を除く**

※残ったレッスンチケットの払い戻しは行いません。期日内にご使用ください。

※**ご購入者ご本人様のみ有効**。購入者以外へチケットの譲渡はご遠慮ください。

**★ご不明点はお近くのスタッフまでお声がけ下さい★**