

水中健康づくり教室

水中でのウォーキングを中心に、健康づくりを目的とした運動を行います。水中は、陸上よりも腰や膝に掛かる負担が少ないので、腰痛や膝痛などが気になる方でもしっかりと運動することが可能です。

【日時】 4月3日～7月17日 全16回 毎週木曜日
12:00～12:45

【対象者】 成人男女

【受講料】 17,600円(税込) ※別途施設利用料が必要です

【最低実施人員】 4名

※4名に達しない場合は中止となりますので予めご了承下さい

【申込締切】 3月29日(土)
下部申込書に記入の上、
山口市小郡屋内プール受付にてお申込みください
TEL 083-972-5369

【領 収】 令和 年 月 日

受講料として、代金17,600円を頂戴いたしました。

山口市小郡屋内プール

令和7年度第1回水中健康づくり教室 申込書

ふりがな 氏名	(男・女)
〒 住所	
電話番号 ()	生年月日 年 月 日(才)

入金日 担当

ご記入いただいた個人情報は、本事業以外には使用しません