

障がい者福祉センター ウォーキングプール(一般) 水中運動教室受講生募集

《4・5月開講分》 申込期限:4月10日17:00迄

コース名／難易度	実施曜日	時間 ()は教室専用時間	実施期間
水中ウォーキング入門 ★★	第1・3・5 月曜日	14:00～14:45 (13:30～15:30)	5/19～9/15
シェイプアップトレーニング ★★★★★	毎週 火曜日	19:30～20:15 (19:00～20:45)	4/22～6/24
足腰シャンシャン ★	毎週 木曜日	14:00～14:45 (13:30～15:30)	5/1～7/3

募集要項

- ①対象 : 一般利用者
②定員 : 15名
③場所 : ウォーキングプール (J:COM ホルトホール大分3階)
④時間 : 1クール10回 1回45分程度
※前後30～45分間は更衣の時間を設定しています。
⑤受講料 : 1クール6,600円 ※ご利用ごとに別途利用券が必要です。
⑥申込方法 : WEBもしくは往復はがきに希望のコース名など所定事項を記入のうえ、お申込み下さい。応募者多数の場合は抽選となります

申込方法の詳細は J:COM ホルトホール大分のホームページをご参照ください。
<http://www.horutohall-oita.jp>



お申込み・お問い合わせ先 J:COM ホルトホール大分
障がい者福祉センター 障がい者福祉用具展示相談室
(TEL) 576-8880 (FAX) 544-3020