

J:COM ホルトホール大分 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

《R.7 年1月開講分》

はがき到着期限: 12 月 10 日 17 時迄

コース名／難易度	実施曜日	時間 ()は教室専用時間	実施期間
膝腰スッキリ ★	毎週 火曜日	14:00～14:45 (13:30～15:30)	1/6～3/24
脂肪燃焼&リフレッシュ (ソフトコース) ★★★★★	毎週 木曜日	14:00～14:45 (13:30～15:30)	1/8～3/12

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>



主催:ホルトホール大分みらい共同事業体

＜ 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

(TEL) 576-8880 (FAX) 544-3020