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

《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）	1/5～3/16
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）	1/7～3/11

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