

大人のための運動教室 無料体験

運動をきっかけに、今より毎日を明るく健康に過ごせたら最高ですよね。同じ目的をもった仲間と一緒に、専門の講師の指導を受けながら、自分の体とじっくり向き合う時間をもつ、そんな大人のための運動教室です。ぜひご体験ください。

※コース内容は別紙参照

※無料体験お申込みは、お一人様1回限りです。

※受講希望日の前日までに、無料体験申込書を提出してください。

但し、定員に達した場合は、お断りする事がございます。

※施設内で起こった事故の応急処置はしますが、その後の責任は負いませんので、ご了承のうえ、下記の申込書に署名捺印をし、提出してください。

※正式に受講される場合、前日までにお申込みください。



宇陀市室内温水プール「アクア・グリーン榛原」

0745-82-2200 (IP 88-9106)

切り取り線



大人のための運動教室 無料体験申込書

年 月 日

ふりがな
氏 名 _____ 年 齡 _____ 歳 男 ・ 女

住 所 〒 _____

電話番号 _____

緊急連絡先 _____

体験希望日 _____ 年 _____ 月 _____ 日 (_____ 曜日)

体験コース (体験希望されるコースの□に✓を入れてください)

リラックスヨガ 筋力・体カアップ体操～老けないからだづくり～

エアロビクス ピラティス 膝腰機能改善ウォーキング (プール内)

その他 (通院中・治療中などございましたら、ご記入ください)