

# 大人向け水中運動教室

☆日 時 毎月（4回～5回）のコース（土曜日）  
10／6、13、20、27  
11／3、10、17、24  
12／1、8、15、22  
＊9時10分～10時

☆定 員 先着20名

☆参加費 4000円／月

☆持ち物 水着、教室専用キャップ（520円）

☆対 象 18才以上で健康に問題なく  
介護を必要としない方

☆講 師 田中 洋美 先生



## ☆水中でのウォーキング・筋力トレーニング☆

### ◆問合せ◆

豊田地域文化広場

☎0565-53-0671

豊田市西田町けやき1番地

指定管理者：ホームックス株式会社

### ◆申込み◆

参加費を添えて受付まで

10月分：9月8日（土）

11月分：10月13日（土）

12月分：11月10日（土）

それぞれ9時～

### <注意事項>

当施設の教室（講座）では、自己責任によるケガや病気など身体の損害や物の紛失や盗難、破損などの損害、他人に与えた損害等の保険には加入していません。

心配な方は任意で保険への加入をお勧めいたします。

お申込み後のキャンセルは、参加費の返金はできません。ご了承下さい。