



# エアロビクスカーニバル

12月25日(土)

(ビギナーエアロビクス)

10時00分～11時00分



会場：スポーツセンター第1ホール

対象：中学生以上の方

定員：先着100人(事前申込み)

参加費：市内在住・在勤の方 大人 150円、中学生 70円

市外の方 大人 220円、中学生 110円

※参加費は、当日に個人利用券または回数券をお持ちください。

申込み：12月1日(水)～18日(土)の午前8時40分～午後4時00分

まで、スポーツセンター2階トレーニングルーム前にて**参加券**の配布を行います。(月曜休館日は除く)

※受付はご本人様がお願いします。

持ち物：参加券、個人利用券または回数券、健康チェック用紙、タオル、

トレーニングウェア、室内用運動靴、フタ付きの飲み物など

※健康チェック用紙は、参加券配布時にお渡しします。

※当日寒いことが予想されますので、脱ぎ着しやすい防寒着を

着用してきてください。

クリスマスにちなんだ、グッズや衣装を身につけてのご参加大歓迎です！  
※運動に支障のない物に限ります。

