

かんたんエアロビクス教室

音楽に合わせて楽しく軽快に踊りましょう。初めての方、大歓迎です!!

- 主催： 益田運動公園
 講師： 山本 直美
 資格： 日本フィットネス協会認定インストラクター
 日本フォークダンス連盟公認指導者
 日程： 4月12日からの月曜日・全10回
 時間： 13:30～14:45
 場所： 益田市民体育館内 卓球室か柔剣道場
 対象： 一般
 定員： 20名程度
 参加料： 3,300円（お試し期間として、2回まで無料で体験が出来ます。）
 保険： スポーツ安全保険は、任意加入と致します。
 保険料： 64歳以下1,850円 65歳以上1,200円



（教室活動中や、自宅から運動公園までの往復途中の事故等が対象となります。）

※保険に加入されない方は、各自の保険等で対応して頂く様お願い致します。

※保険に加入された後の保険料は返金できません。

- 携行品： 運動のできる服装・室内用シューズ・タオル・水分
 その他： ① 活動に関しては3密回避や検温・手指消毒等感染防止対策をお願いします。（裏面参照）
 ② 開設後、コロナウイルスの感染拡大により教室が中止になった場合は、開催回数に応じて参加料を返金いたしますので、体育館事務室まで申し出て下さい。
 ③ 活動中の画像等を当該事業の報告書・広報等に使用させて頂く場合がありますのでご了承下さい。又、個人情報につきましては当教室においてのみ使用させて頂きます。
 ④ 益田市民スポーツ教室に関してご意見、ご要望等（開催種目、回数、時間等）がありましたらお聞かせ下さい。益田市民体育館 Tel23-6283 E-mail: undou-k@iwami.or.jp
 またホームページもご利用下さい <http://masuda-undoukouen.com/>

《日程》

回数	月	日	時間	会場
1	4	12	開講式 13:30～14:45	市民体育館内 柔剣道場か 卓球室
2		26	〃	
3	5	10	〃	
4		24	〃	
5		31	〃	

回数	月	日	時間	会場
6	6	14	13:30～14:45	市民体育館内 柔剣道場か 卓球室
7		28	〃	
8	7	12	〃	
9		26	〃	
10	8	9	13:30～14:45 閉講式	