

大好評



10月



アクアズンバ



アクアズンバの魅力

水の抵抗を利用し
より多くのエネルギーを
消費します♪
爽快感が得られます

音楽に合わせて
カラダを動かそう♪
運動が苦手な方
でも大丈夫！

膝や腰に負担を
かけずに運動♪
どなたでも楽しく
リフレッシュ！

食欲の秋！
効果的に運動しよう♪



10月24日(金)開催

11:30~12:15

9/5
(金)
9時受付開始
先着順

◆時 間◆ 【教 室】 11:30~12:15

【入場開始】 10:30

※教室前後1時間15分自由遊泳できます

◆会 場◆ 倉敷市屋内水泳センター 25mプール東側（水深約 1.1m）

◆講 師◆ K.CHIKA

◆対 象◆ 18歳以上の方

◆定 員◆ 32名程度

◆参 加 料◆ 520円（入場料込）

◆申 込 方 法◆ 電話及び窓口で申込み（先着順）

＜必要事項＞

①氏名(フリガナ) ②年齢

③昼間連絡先 ④緊急連絡先

◆服装及び準備◆ 水着・水泳帽子・タオル・飲み物（水分補給できるもの）

○個人情報の取り扱いについて下記内容をご確認のうえ、お申込みください。

【個人情報の取り扱いについて】

- ①お預かりした個人情報は、当該教室の参加申込手続き(抽選・連絡等)に利用します。
- ②お預かりした個人情報は、法令等による場合を除き、ご本人の同意を得ることなく、第三者に提供することはありません。
- ③お預かりした個人情報の取扱いを委託します。
- ④お預かりした個人情報は、ご本人からの開示等(利用目的の通知、開示、内容の訂正、追加又は削除、利用の停止、消去及び第三者への提供の停止)の求めに応じます。その際は、下記⑥窓口までお問い合わせください。
- ⑤個人情報の提供は任意ですが、必要な個人情報を提供いただけない場合、参加できない場合があります。
- ⑥個人情報の管理者
公益財団法人倉敷市スポーツ振興協会 事務局長
個人情報の苦情及び取扱いに関する窓口
〒710-0835 倉敷市四十瀬4番地(倉敷運動公園野球場内)
公益財団法人倉敷市スポーツ振興協会事務局
TEL(086)434-8631 (8:30~17:15 土・日・祝休み)



申込み・問合せ先

(公財)倉敷市スポーツ振興協会

倉敷市屋内水泳センター

TEL086-424-9192 倉敷市新田2458

開館時間 9:00~21:30(平日)9:00~19:30(土日祝)

8/31(日)~9/5(金)までプールの水入替等ため休館 ※9/5(金)は17時まで受付



『承認No. 34122』

