

大好評

1月

アクアズンバ



アクアズンバの魅力

水の抵抗を利用し
より多くのカロリーを
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！

全面使用して開催は最後 (1/7)
夜初開催 (1/15) ✨ ✨ ✨



2026年1月7日(水)10:30～

12/10(水)9時受付開始

2026年1月15日(木)19:30～

12/17(水)9時受付開始

◆時 間◆ 1/7【入場開始】10:10【教室】10:30～11:15 【最終退水】12:00

※教室後 25mプールでのみ 30分間自由遊泳できます

1/15【教室】19:30～20:15

※教室前後間1時間 15分自由遊泳できます【最終退水】21:25※

◆会 場◆ 倉敷市屋内水泳センター 25mプール (水深約 1.1m)

◆講 師◆ K.CHIKA

◆対 象◆ 中学生以上の方

◆定 員◆ (1/7)40名程度 (1/15)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)

※定休日:火曜日、12月22日(月)～1月7日(水)の期間は、一般開放はありません。

1/7『承認No. 35269』

1/15『承認No. 35351』

