

～ 甲賀 B&G で “からだを動かすことの楽しさ” をみつけよう ～

大人短期教室
水中運動&スイム教室
大人教室
体験回数 水

水中ウォーキング & 水中運動・スイム

まずは、無料体験から。
自由に楽しんだ教室や回りをしてみたいのへ運動してみたいから。

水の中で運動しよう



無料体験 教室各 **10名**

短期教室を始める前に1度教室を体験してみませんか??

水中運動 & スイム 9月 10日 (金) 1回 無料の日

A 10:30 ~ 11:30

水中ウォーキング & ストレッチ

B 9:45 ~ 10:15

C 19:00 ~ 19:30

お申込み

教室の募集開始は、8/3(火)～
先着順にて定員になり次第しめ切ります。

水中運動 & スイム 60分

前半 30分は (水中運動) !! 後半 30分はスイムか
フィットネス (水中運動) か選べるお得な教室! いろいろな運動で
たっぷり水中エクササイズを楽しもう

9月 17日★24日 (金) 10:30 ~ 11:30
D 1日 1,350円 (税込)

水中ウォーキング & ストレッチ 30分

水中を歩きながら全身をストレッチします
運動習慣のきっかけに是非!

E 9:45 ~ 10:15

F 19:00 ~ 19:30



9月 17日★24日 (金) 1回 **650円** (税込)

甲賀 B&G 海洋センター短期教室申込書

(公財) 甲賀創健文化振興事業団 理事長 西田貞夫様
私は、(公財) 甲賀創健文化振興事業団が開催する「甲賀市甲賀 B&G 海洋センター短期教室」に参加するにあたり、指導者の指示に従うとともに健康管理に細心の注意を払い、保護者の管理責任において参加します。尚、不慮の事故等につきましては一切関係団体に責任を問いません。

受講コース	<input type="checkbox"/> Aコース <input type="checkbox"/> Bコース <input type="checkbox"/> Cコース <input type="checkbox"/> Dコース <input type="checkbox"/> Eコース <input type="checkbox"/> Fコース 希望日 ()		
ふりがな	生年月日	学年	
氏名	年 月 日	歳	
	保護者氏名		
住所	〒 □□□ - □□□□		
連絡先	携帯・自宅	-	-

※お預かりいたします個人情報は、受講登録及び当海洋センターからのご案内に活用する以外は一切ございません。