

～気軽に参加できる1時間の運動教室～

# アリーナ60分プログラム



- 日 時 平成30年4月24日(火) 19時30分～20時30分
- 内 容 コアトレーニング(音楽に合わせて有酸素運動を行います。)
- 講 師 日本コンディショニング協会認定講師 大河原 里美 先生
- 場 所 須賀川アリーナ サブアリーナ
- 参 加 費 1回200円
- 定 員 50名(定員になり次第、締め切ります。)
- 対 象 市内在住・在勤の15歳以上の方(中学生を除く)
- 持 ち 物 体育館シューズ、ヨガマットもしくは大きめのバスタオル
- 申込方法 須賀川アリーナにある所定申込用紙に必要事項を記入し、参加費を添えて窓口までお申し込みください。  
※電話での仮予約も承ります。  
※申し込み後のキャンセルはお受けいたしますが、参加費は返金致しません。  
※申し込み後の日程変更はできませんので、ご了承ください。
- 申込期間 3月10日(土)～4月17日(火)まで  
※電話で仮予約した方も、開催日の1週間前までに必ず申込書の提出と参加費をお支払いください。申込みの確認が取れない場合は、キャンセルとさせていただきます。

## 【受講にあたってのお願い】

教室中は、携帯電話・スマートフォンはマナーモードに設定の上ご参加ください。録音・録画・写真撮影等も禁止です。また、受講者以外の方の見学はご遠慮くださいますようお願いいたします。

【問い合わせ先】

(公財)須賀川市スポーツ振興協会

〒962-0054 須賀川市牛袋町5番地(須賀川アリーナ内)

TEL 0248-76-8111

FAX 0248-76-8113

