

平成23年度 エアロビクス教室 開催要項

- ◇ 趣 旨 エアロビクスを実施することにより、参加者の健康・体力の維持増進を図るとともに、参加者相互の交流を深めるため実施します。
- ◇ 主 催 (財) 滋賀県体育協会 滋賀県立長浜ドーム・滋賀県立彦根総合運動場
- ◇ 場 所 滋賀県立長浜ドーム 練習室 (壁面鏡張り、冷暖房完備)
- ◇ 内 容 エアロビク・ダンス
- ◇ 申込方法 事務所窓口または電話・FAXにて、下記事項をお知らせください。
①氏名 ②性別 ③年齢 ④住所 ⑤電話番号

◇ I 期

期 間	5月12日～7月14日
	5月 12日・19日・26日 6月 2日・ 9日・16日・23日・30日 7月 7日・ 14日 各木曜日 計10回
時 間	☆ベーシックコース (初心者向き) 18:45～19:35 ★チャレンジコース (経験者向き) 19:40～20:30
対 象	一般男女 各コース 30名程度
指導者	エアロビクスインストラクター
受講料 受付	各コース 3500円 両方のコースに参加の方は6000円です。 <u>※いずれも各期ごとの申し込みとなります。</u> 受付期間 平成23年4月14日(木) 8:30～ ※先着順に受講者を決定し、定員になり次第締め切ります。

II 期

期 間	8月11日～10月13日
	8月 11日・18日・25日 9月 1日・ 8日・15日・22日・29日 10月 6日・13日 各木曜日 計10回
時 間	☆ベーシックコース (初心者向き) 18:45～19:35 ★チャレンジコース (経験者向き) 19:40～20:30
対 象	一般男女 各コース 30名程度
指導者	エアロビクスインストラクター
受講料 受付	各コース 3500円 両方のコースに参加の方は6000円です。 <u>※いずれも各期ごとの申し込みとなります。</u> 平成23年7月14日(木) 8:30～ ※先着順に受講者を決定し、定員になり次第締め切ります。

Ⅲ期

期 間	11月17日～平成24年1月26日
	11月 17日・24日 12月 1日・ 8日・15日・22日 平成24年 1月 5日・12日・19日・26日
各木曜日 計10回	
時 間	☆ベーシックコース（初心者向き） 18：45～19：35
	★チャレンジコース（経験者向き） 19：40～20：30
対 象	一般男女 各コース 30名程度
指導者	エアロビクスインストラクター
受講料 受付	各コース 3500円 両方のコースに参加の方は6000円です。 <u>※いずれも各期ごとの申し込みとなります。</u> 平成23年10月13日（木）8：30～ ※先着順に受講者を決定し、定員になり次第締め切ります。

- ◇ その他
- ★ 運動のできる服装（動きやすいもの）、上靴（底の厚いもの）およびタオルをご用意ください。
 - ★ 万一の傷害については、応急の処置は行いますが、その後の責任は、スポーツ安全保険（任意による加入）によるものとします。
 - ★ 一旦納入された受講料は、お返しできませんのでご了承ください。

◇ 申込み・問い合わせ先

(財)滋賀県体育協会 **滋賀県立長浜ドーム**
〒526-0829 滋賀県長浜市田村町1320番地
TEL 0749-64-0808 FAX 0749-62-2006
E-mail dome@bsn.or.jp
URL <http://www.bsn.or.jp/dome/>