

始めましょう&続けましょう♪プールで健康習慣

主催：NPO法人スポーツクラブホワイエ上石神井

土曜日

# 水中ウォーク教室

## 参加者募集



泳げない方も  
プールに通って  
みませんか？

9月～12月は  
土曜の午後です

**参加費 ￥5,000**

(初回説明会&受付集金

9/16(土) 12:45～ 会議室にて)



**開催日** (10回シリーズ)

●土曜日

●13時10分～14時30分

平成29年9月 16日 ①

30日 ②

10月 14日 ③

21日 ④

28日 ⑤

11月 4日 ⑥

11日 ⑦

18日 ⑧

25日 ⑨

12月 9日 ⑩

場所：上石神井体育館プール

対象：18歳以上の大人の方

問合せ：3929-8100 (月水金3時まで)

NPO スポーツクラブホワイエ上石神井

キリトリせん

**水中ウォーク申込書** (×切9/4迄に3929-8100へFax又はカウンターの木箱へご投函下さい)

NPO法人スポーツクラブホワイエ上石神井 宛

●土曜「ホワイエ水中ウォーク教室」参加を申し込みます。

住 所	〒		
氏 名/年 齢	(年齢)		才
電 話・Fax	Fax		
緊急連絡先	<input type="checkbox"/> 以前からの継続	<input type="checkbox"/> 初めて	