

# エクササイズクラブ（Ⅰ期）

リズムに合わせて気軽に始められるエアロビクスや、ストレッチポールを使って肩こり・身体のゆがみの改善を楽しく行う教室です。

- 主催 公益財団法人守山市文化体育振興事業団
- 共催 総合型地域スポーツクラブ 小津クラブ
- 日程 5月14日・21日・28日  
6月11日・18日・25日  
7月 2日・ 9日・16日（木曜日：全9回）
- 時間 10：00～11：30（90分間）
- 場所 市民体育館 大アリーナ
- 対象 守山市内在住、在勤の18歳以上の方（定員25名／最少実施人数10名）
- 指導者 健康体操インストラクター 崎谷志津子氏
- 参加料 6,400円/名（傷害保険料含む）  
ルシオールM<sup>2</sup>スポメンバー・小津クラブ会員 5,400円/名（傷害保険料含む）
- 申込方法 【電話・Web申込】4月9日（木）10：00～16日（木）17：00まで（抽選）  
抽選発表日：4月20日（月）15：00よりHPにて
- 正式手続 発表後、窓口まで正式申込（5月2日（土）17：00まで）にお越してください。  
※期限内に参加料の納入がない場合は、キャンセルとします。
- その他
  - ①運動のできる服装、上靴、ヨガマット（バスタオル）、飲み物、着替え等をご持参ください。
  - ②万一の傷害につきましては、応急処置は行いますが、以後の責は傷害保険によるものとします。
  - ③申し込み後のキャンセル（参加料の返金）はいかなる場合もできません。
  - ④ルシオールM<sup>2</sup>スポメンバーの方はⅡ期も継続して受講して頂くことが可能です。
  - ⑤事業記録・広報用として写真撮影をします。掲載にあたり支障のある方は事前にお申し出ください。
- 問い合わせ 守山市民運動公園 ルシオールM<sup>2</sup>スポ事務局  
〒524-0051 守山市三宅町100  
受付時間 9：00～17：00まで（火曜日と祝日の翌日は休園日）  
TEL/077（583）5354 FAX/077（583）5853

