

令和6年度

# 水中体操&ウォーキング教室

## 開催要項

日時 7/5.12.19.26 各金曜日 全4回

11:00~12:30

場所 千葉県国際総合水泳場（習志野市茜浜2-3-3）

内容 水中でのウォーキングやリズム体操

講師 密本 千里 氏

持ち物 水着・タオル・（ゴーグル）

※水泳帽は主催者でご用意いたします

参加費 3,200円（保険料を含む）

### 【お支払いについて】

初回受付時に参加費を徴収しますので、釣銭のないようにご用意をお願いします。

キャンセルの際はキャンセル規定がございますのでご注意ください。

キャンセルされる方は必ずご連絡をお願いいたします。

キャンセル規定	~6/28(金)	キャンセル料なし
	6/29(土)~ 7/4(木)	キャンセル料50%（1,600円）徴収
	7/5(金)~	キャンセル料100%（3,200円）徴収

**\*お問い合わせ・欠席連絡等はこちら\***

※千葉県国際総合水泳場への本教室に関するお問い合わせはご遠慮ください※

（公財）習志野市文化スポーツ振興財団

習志野市袖ヶ浦5-1-1

電話：047-452-4380 HP：<http://sposhin.org/>

※裏面にも記載がありますので、必ず教室当日までにご確認ください。

# ※必ずご確認ください※

## 《国際水泳場利用の注意事項 他》

- 10時50分より更衣室への誘導を開始します。  
開始時間前の入場は、できないためスタッフの案内があるまで受付を済ませてから2階ロビーでお待ちください。  
※初日のみ10:50より2階ロビーにて開講式を行います。
- プールサイドに眼鏡を持ち込む場合は必ず眼鏡ケースをご用意下さい。  
また、プールサイドにはアクセサリーなどの金属類の持ち込みもできません。  
更衣室で外すか、お持ちにならないようお願いいたします。
- 飲み物は更衣室を抜け、**プール近くにある自動販売機で販売されている飲料のみプールサイドへ持ち込み可能です。**ご家庭からの持ち込みや、水泳場内でもロビーにある自動販売機のものを持ち込み不可となりますのでご理解とご協力をお願いいたします。  
詳しい場所については教室当日に当財団スタッフまでお尋ねください。
- 水泳場内でボディークリームやシャンプー等の使用は禁止です。  
化粧は落とした上でご入水ください。
- お手洗いは、**サブ更衣室**をご利用下さい。
- 当財団のHP掲載やテレビ放映等を目的として教室中に撮影・取材が入る場合がございます。ご都合の悪い方は、教室開催前にスタッフまでお申し出ください。

その他、ご質問などがありましたらスタッフまでお問い合わせください。