

## 中央総合公園教室のご案内

### バレトン®

定 員：先着20人

受 付：開始1時間前より券売機にて受講券を販売。受講券を購入後、直接会場へ。

時 間：各60分

会 場：多目的練習室へ

持ち物：運動のできる服装・水分・マスク

### 脂肪燃焼エアロ・かんたんエアロ

定 員：先着20人

受 付：開始1時間前より券売機にて受講券を販売。受講券を購入後、直接会場へ。

時 間：各60分

会 場：多目的練習室

持ち物：運動のできる服装・体育館シューズ・水分・マスク

### ヨガ

定 員：先着80人

受 付：開始1時間前より券売機にて受講券を販売。受講券を購入後、直接会場へ。

時 間：各60分

会 場：第2錬成道場

持ち物：運動のできる服装・ヨガマット（大きめのバスタオル）・水分・マスク

### ZUMBA®（ストレッチ）・ZUMBA®

定 員：先着20人

受 付：開始1時間前より券売機にて受講券を販売。受講券を購入後、直接会場へ。

時 間：各60分

会 場：多目的練習室

持ち物：運動のできる服装・体育館シューズ・水分・マスク

### 全教室共通項目

料 金：1人1回500円（お1人で複数枚の購入はご遠慮ください。）

対 象：中学生以上で健康な方（持病をお持ちの方、現在通院中の方は受講できません。）

問合せ：岡崎中央総合公園 TEL（0564）25-7887

その他：教室の開始時間または定員になり次第、受付終了となります。

見学不可。（受講者以外の方は入室できませんのでご了承ください。）

教室の内容は急遽変更になることもございますので、ご了承ください。

検温・手指消毒等の新型コロナウイルス感染拡大予防にご協力ください。