

1回ごとに参加できる気軽な講座、  
初めてのの方も大歓迎。



# ビギナーエアロ レッスンタイム①

程よく汗をかいてカラダも  
ココロもスッキリしましょう！

- ◎会場 名古屋市南陽プール 軽運動室
- ◎講師 アルファスポーツ指導員
- ◎持ち物 運動のできる服装・室内シューズ・タオル・飲料水など
- ◎対象 一般(中学生を除く15歳以上)
- ◎定員 30名
- ◎受付時間 当日10時15分より窓口受付(先着順)

**参加料(1人)/1回350円**

※スポーツ・レクリエーション傷害補償制度を設けています。

**日程 / 4月～7月(指定火曜日)・10時30分～11時30分**

4月	7日	14日	21日	28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	21日		



**名古屋市南陽プール**  
〒455-0855名古屋市港区藤前四丁目701番地  
指定管理者(公財)名古屋市教育スポーツ協会  
この印刷物は、古紙パルプを含む再生紙を使用しています。

**TEL 052-303-2015**  
**FAX 052-303-2016**

南陽プール 検索



◎駐車場:【料金】1回につき300円。  
(30分以内は無料)  
※お得な回数券もあります。