

2024年度 アシックスシニアウォーキングラボ

実施要項

趣 旨	アシックス独自の高齢者対象プログラム。健康増進を目的とした教室。
主 催	指定管理者 アシックス・サンアメニティ共同体
期間・回数	春期：4月～6月 夏期：7月～9月
受講料	秋期：10月～12月 冬期：2025年1月～3月
曜日・時間	水曜日 11：15～12：15
会 場	伊丹市立緑ヶ丘体育館 第三体育室
対象・定員	50歳以上の男女 10名
指 導 者	アシックススポーツファシリティーズ株式会社 久保田萌香
参 加 料	受講料 8,800円＋保険料/年度 ※10回の時 (保険料 65歳以上 1,200円、64歳以下 1,850円)
申込み方法	各期とも9時から20時まで緑ヶ丘体育館受付にて申込み。電話予約は不可。
そ の 他	・動きやすい服装で、ご参加ください。 ・汗をかきますので、タオルの用意や、水分の補給を十分行ってください。 ・10時の時点で警報が発令されている場合は中止とします。その場合回数が減りますが、受講料は返金しません。 (予備日を1日間設けております) ・教室風景の撮影を行いますが、HP、掲示物以外での使用は行いません
お問い合わせ	緑ヶ丘体育館受付 TEL072-770-4401

開 催 日

《春期》10,560円 予備日 6月26日

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回	第9回	第10回	第11回	第12回
4/3	4/10	4/17	4/24	5/1	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19

《夏期》9,680円 予備日 9月25日

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回	第9回	第10回	第11回
7/3	7/10	7/17	7/24	7/31	8/7	8/21	8/28	9/4	9/11	9/18

《秋期》10,560円 予備日 12月25日

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回	第9回	第10回	第11回	第12回
10/2	10/9	10/16	10/23	10/30	11/6	11/13	11/20	11/27	12/4	12/11	12/18

《冬期》8,800円 予備日 3月26日

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回	第9回	第10回
1/8	1/15	1/22	1/29	2/5	2/19	2/26	3/5	3/12	3/19