

アクシーグループ

第4回 マスターズ新春合同練習会

2014年の年明けに新年を祝い、アクシーグループの新春合同練習会を実施いたします。
年未年始の運動不足を解消したい方や少し泳ぎこみたい方、是非ご参加ください。
アクシー会員の方はもちろん、会員以外の方でもご参加いただけます。

開催日 平成26年 1月 3日(金)

時間 10:00 ~ 12:00

内容 30分陸上トレーニング(ストレッチ中心)+90分水中トレーニング
年未年始の運動不足を解消するため、無理のないペースで2000m~3500m位を楽しみながら
練習していきます。
練習メニューはスタッフが作成いたします。

会場 アクシー中央
新潟市西区西小針台2-10-4 025-267-7322 Fax025-267-1113
Mail aqixy-chuou@2555.co.jp

対象 18歳以上で定期的に水泳の練習をしている方

参加費 アクシーグループ会員 500円
ビジター 1,000円
参加費は当日会場でお支払いをお願いいたします(お釣りのいらぬようにご用意ください)

定員 40名(定員になり次第締切)

申込み 下記の申し込み用紙に記入の上、アクシー中央にお申込み下さい。

アクシーグループ第4回マスターズ新春合同練習会 申込書

氏名		年齢	歳
住所	〒		
連絡先	自宅		
	携帯		
e-mail			
泳力	50m×10本泳ぐとしたら 1分サークルで泳げる ・ 1分15秒サークルで泳げる ・ 1分30秒サークルで泳げる		
アクシーグループ会員(所属) ・ ビジター			