

金曜日開催

当日教室

シンプルアクア

音楽に合わせてシンプルなアクアビクスを行うクラスです。水中ウォーキング、筋力トレーニングなども行うので、飽きることなく全身運動ができます♪



担当：小林

| | | |
|----|---|---------------|
| 日程 | 2月7・14・21・28日 | 3月7・14・21・28日 |
| 時間 | 11:00~12:00 (60分) | |
| 場所 | 西楽園 プール | |
| 定員 | 30名 (先着順) 18歳以上の方 (高校生を除く) | |
| 料金 | 1回 500円 (当日支払い) ※教室前または終了後60分以上の施設ご利用の場合、別途施設入館料がかかります。 | |
| 受付 | 西楽園 事務所窓口にて開館 (9時) より受付開始 先着順。定員になり次第締め切りとなります。 | |
| 備考 | 水着・キャップの着用をお願いいたします。 他の方の代理手続きは出来ません。 指導員の都合により開催日の変更が発生する場合があります。 教室開始後の返金は致しかねますので予めご了承ください。 | |