

# 初級アクアウォーキング

水中という特別な環境の中でのウォーキング！

身体に負担をかけず、楽しく運動していきます。



初めての方でも安心してご参加いただけますよ！！



担当：伊倉

**当日申込み教室です！！**  
**毎週木曜日開催！**

日程	9月	10月	11月	12月
	6・13	4・11・18・25	1・8・15・22・29	6・13・20・27
時間	11：00～12：00（60分）			
場所	西楽園 1F プール			
定員	30名（先着順）			
料金	1回 300円 ※教室前または終了後60分以上の施設ご利用は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。			
対象	高校生以上			
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。			