

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！！



当日申込み教室です！！

毎週木曜日開催！

日程が急遽変更になる場合がございます。予めご了承ください。

日程	1月	2月	3月	曜日
	9・16・23・30	6・20・27	5・12・19・26	木曜
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。			