

託児付

アクアビクス 参加者募集



水中で行う有酸素運動“アクアビクス”は、
脂肪燃焼・体の引き締め効果があり、リフレッシュ効果もバッチリです！

日頃子育て真っ最中のママさん、安心託児付の
アクアビクスにチャレンジしてみませんか？

水の中でのびのび体を動かせば、こころもカラ
ダもリラックス...

森のプールで体験会と教室を行います。

体験会

日時 8月28日(金)

11時～12時(託児は10時30分～12時30分)

参加費 500円(入場料、託児料含む)

講師 アクアインストラクター 関本咲子氏(教室も担当します)

どちらも先着20名

教室

日時 9月18日・9月25日

10月2日・10月16日 いずれも(金)

11時～12時(託児は10時30分～12時30分)

参加費 1,500円(入場料含む) 託児料500円は別途

水泳帽子・水着をご準備ください。

託児は2歳から受け付けます。申し込み時に生年月日をお知らせ下さい。

運動制限のある方は参加できません。

お問い合わせ・申込)グリーンピア管理室 0223-25-5122 まで

(お申込後に詳細をお知らせいたします。)