

令和5年度

水中ウォーキング教室

水の特性を理解しながら効果的なウォーキングを練習します

「運動を始めてみようかな。」「水中での効果的な歩き方がわからないから、指導を受けてみようかな。」という方など、お気軽にご参加ください。

開催日	時間	場所	申込開始日
4月7日(金)	9:30~10:30	25mプール	3月5日~
5月11日(木)	13:00~14:00	25mプール	4月5日~
6月2日(金)	10:30~11:30	流水プール	5月5日~
7月7日(金)	10:30~11:30	25mプール	6月6日~
9月5日(火)	13:00~14:00	25mプール	8月5日~

○参加費：800円

○対象：一般

○申込：申込日の午前9時から電話にて
(先着順)

電話 0568-56-2277
サンフロッグ春日井

