

WINTER /

スポーツイベント

2025

12/14_[sun]

ワクワク★ドキドキ☆を体感しよう！

プール

多目的ホール

- 水慣れ水泳教室
- アクアでシェイプ！シェイプ！
- クイックターンに挑戦！



- 初心者エアロ
- やさしいヨガ
- バランス&シェイプ
- ビギナーヨガ



申し込み方法

2025.11.18 (火) 13:00～受付スタート

※定員になり次第受付終了と致します。電話申込不可。

【参加費】500 円 ※入金後の返金不可。予めご了承ください。

水慣れ水泳教室

10:00～10:50

(年長～小学3年生) 定員:15名

アクアでシェイプ！シェイプ！

11:00～11:50

(18歳以上) 定員:20名

クイックターンに挑戦！

13:00～13:50

(18歳以上)定員:10名

多目的ホール

- | | |
|-------------|-------------|
| - 初心者エアロ | 10:00～10:50 |
| - やさしいヨガ | 11:00～11:50 |
| - バランス&シェイプ | 13:00～13:50 |
| - ビギナーヨガ | 14:00～14:50 |

(18歳以上) 定員:各20名