

# 《プール》1 回制教室のご案内

## 事前申し込み不要!



その場で気軽にご参加できます!

水の中で歩いて泳いで全身運動!!



【お客様のリクエストに合わせて、ワンポイント的に指導を行います】

教室名	時間	定員	使用コース	参加費
Enjoy スイム	月 12:30~13:20	20名	窓側1レーン	950円
	土 10:30~11:20			

泳法・泳力問わず、その場でリクエストに合わせたメニューでレッスンをします。

【水の中で音楽に合わせて身体を動かそう!】

教室名	時間	定員	使用コース	参加費
アクアビクス	月 11:30~12:20	各20名	窓側1,2レーン (小体育室側)	950円
	木 19:30~20:20			
	金 11:30~12:20			
アクアシェイプ	土 11:30~12:20			

- ▶ 15歳以上（中学生は除く）の方が対象です。
- ▶ 教室開始 30分前からチケット販売開始となります。購入後、チケットを総合受付にご提示ください。
- ▶ 祝日・お盆期間・年末年始・施設点検日（不定期）は休講となります
- ▶ 開催日に変更がある場合や台風・地震等の自然災害での休館・休講がある場合、総合受付・当ホームページ・Twitter にて早急にお知らせいたします。

ご不明な点は総合受付までお問い合わせください。