

ウォーキングプール 無料体験教室

●7/21(土) 一般対象 定員 15名

9:20~10:10

「アクアビクスでBodyシェイプ♪」
～音楽に合わせてエクササイズ～

●7/22(日) 障がい者対象 定員 12名

9:20~10:10

「水中でのインターバルトレーニング」
～脂肪を燃やしたい、もっと筋肉をつけたい方向き～

この夏
ウォーキングプールで
運動を始めませんか？



○●お申込み方法●○

はがきを持参のうえ、窓口にて所定の申込用紙にご記入ください。
申込多数の場合は抽選となります。結果ははがきにてお知らせします。
申込期間 7月1日(日)～7月10日(火)17:00まで

お問い合わせ先

障がい者福祉センター ウォーキングプール ☎097-576-8881

ウォーキングプール無料開放

日にち	時間
一般対象 7/21 (土)	10:30~22:00 (21:00 受付終了)
障がい者対象 7/22 (日)	