

港南いきいきフラガ



特別体験!!

# 夜のアクアビクス教室募集

水中で音楽に合わせて体を動かしながら、心肺機能の向上とシェイプアップを目的としたクラスです。

陸上での運動が不安な方やストレスを発散したい方、おススメ！

プールで運動しましょう!!!

開催日時：①水曜 19:00～19:45

3月4日(水)～3月25日(水) 全4回

②金曜 19:00～19:45

3月6日(金)～3月27日(金) 全4回

対象：16歳以上の在住・在勤の方

費用：無料

定員：12名(定員を超えた場合は抽選)

申込期間：2月1日(日)～2月14日(土)

結果：2月18日(水)

結果は、お電話またはホームページにてご確認いただきます。

※お電話でご確認の場合は、18日以降にお問い合わせください。

応募方法：電話、もしくは受付にてお申込み

両日ともお申込み可能

お問合せ：港南いきいきフラガ 3450-9915