



プール教室 欠員募集のお知らせ

教室名	対象	曜日	時間	回数	費用	教室初日	募集数
アクアシェイブ	高校生相当 以上の方	木	11:10-12:00	12	4,920	9月29日	5

- ◎ 欠員募集は、**区内在住以外の方も対象**になります。
- ◎ **受付に直接**お越し下さい。電話でのご予約は受付けておりません。
- ◎ **募集人数になり次第、申し込みを終了**とさせていただきます。

9月17日(土) 9時受付開始

江戸川区総合体育館

指定管理者:ミズノ・スターツ共同事業体



アクアビクスの動作にプラスして
二の腕・お腹まわり・太ももに重点をおき
シェイプアップを目的とした運動です。
息をあげる運動のため、
プールの中で汗をかくことを実感できます！