

～暑い夏は涼しいうちに活動しよう!!～

**朝活!!**

**プールレッスン**

**【楽しく! 笑顔で! 元気に! ウォーキング!】**

**プールの歩き方教室**

**かんたん  
らくらく**

- ①7月25日(木)
- ②8月 7日(水)
- ③9月26日(木)

\*9:15~10:00 (45分)

\*費用…各700円 (終了後の一般公開利用付き)

\*定員…15名程度

\*対象…一般(高校生相当以上)

病院でウォーキングを勧められてもやり方がわからない方!

いつものウォーキングにバリエーションを加えたい方!

連続のお教室の参加が難しい方! 高齢の方でも安心して参加いただけます!

**大募集!!**

お申込方法 : 6/29(土)10時よりお電話または窓口にて**先着順** \*空きがあれば当日申し込みも可能\*

お支払方法 : 各日程の一週間前までにお済ませくださいそれ以降のお申込みは当日支払い

\*お支払い後の返金はできませんので予めご了承ください\*

担当コーチ : 冨永 美千代

指定管理者:ミズノ・スターツ共同事業体 TEL3653-7441



