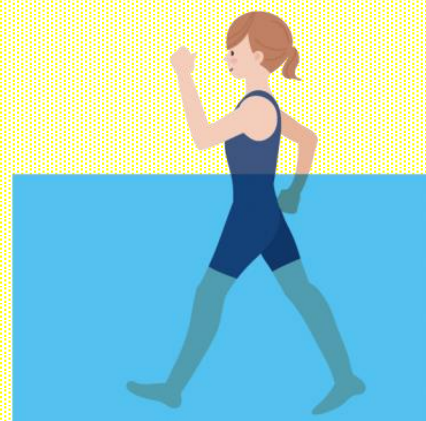


# 水中 ウォーキング



水の抵抗を使用し、水中運動を楽しめる教室です。  
足腰の筋力トレーニングをしたい方におすすめ☺♪

- 日程：5/13・20・27、6/3・10・17・24、  
7/1・8（全9回）
- 曜日：土曜日
- 時間：11：00～11：50
- 定員：先着15名
- 参加費：500円＋施設利用料/1回
- 対象者：高校生以上
- 持ち物：水着・水泳帽子・タオル

## 【申込み方法】

4/3（月）より事前申込みになります。

（定員に満たさない場合は当日も受付いたします。）

当日の受付は教室開始30分前からになります。

事務室窓口にて申込用紙を受け取り、記入をお願い致します。

券売機にて券を購入後、事務室窓口にお渡しください。

＊教室料金は施設利用と同様に都度払いをお願い致します

＊お電話での予約・申込みはできません。

＊お休みの場合教室開始30分前までにご連絡ください。

柳泉園グランドパーク

〒203-0043 東京都東久留米市下里4-3-10

☎042-473-3121

※ご不明な点は、一階事務室までお問い合わせください。