

ナイトアクア

水中運動は体にかかる負担が少なく、
浮力や水圧、水温などの影響によって
効果的に筋力を高め、脂肪を燃焼させよう♪



- 日程:5/9・23、6/13・27、7/11・25
(全6回)
- 曜日:火曜日
- 時間:19:00~19:50
- 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・蓋つきの飲み物

【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下さい。

*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。