

# 祝日イベントレッスン

**3/21 (祝・水)**

**水中ウォーキング**

**14:00~14:30**

**アクアビクス**

**15:00~15:45**

**参加費入場料のみ**

**定員20名**



**担当 I R**  
**山崎 裕佳**

**水中で身体を動かし、可動域を広げます**  
**顔はつけないので泳げなくても安心です♪**

**お申込み・お問い合わせは温水プール館受付まで**

**TEL 03-3695-9911**