

アクアビクス



- 参加費 プールの入場料（大人440円）
 - 対象者 15歳以上（中学生除く）
 - 定員 各18名
- ※受付は電話予約による先着順です

アクアビクス [ホップ]

木曜日 19:10～19:50（主に第2木曜日）
音楽に合わせて楽しく全身運動 脂肪燃焼 ストレス解消

アクアビクス [ステップ]

木曜日 19:10～19:50（主に第3木曜日）
音楽に合わせて楽しく全身運動 脂肪燃焼 ストレス解消

アクアビクス [ジャンプ]

木曜日 19:10～19:50（主に第4木曜日）
音楽に合わせて楽しく全身運動 脂肪燃焼 ストレス解消

<注意事項>

- レッスン当日は受付にて予約確認をさせていただきますので5分前までにお越し下さい。
（ご予約キャンセルの場合は、必ず連絡をお願い致します。）
- 次回分の予約は予約開始日の18:00から開始します。
（1回の受付予約で予約できる人数は1人までとなります。）
- レッスン前後に施設利用される方は受付へお申し出下さい。



【お問い合わせ】

☎0566-41-2655