

水中ウォーキング教室(夜の部)



【対 象】 満18歳以上

【開催日】 木曜日(週1回)

【時 間】 18:30~19:45

【受講料】 5,000円

【保険料】 400円

※受付終了後は原則として、受講料と保険料はお返しできませんので
あらかじめご了承ください。

【定 員】 20名(申込順:開講7名以上)

【教室内容】

○身体に大きな負担をかけない水中運動 ○簡単なゲーム
○音楽に合わせたリズム運動

【日程表】

回	申込期間	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
3	9/3(木)	10/1	10/8	10/22	10/29	11/5	11/12	11/26	12/3	12/10	12/17
	9/24(木)	(木)	(木)	(木)	(木)	(木)	(木)	(木)	(木)	(木)	(木)
4	11/26(木)	1/7	1/14	1/28	2/4	2/18	2/25	3/4	3/11	3/18	3/25
	12/17(木)	(木)	(木)	(木)	(木)	(木)	(木)	(木)	(木)	(木)	(木)

【申込み】 9:00~20:00(器材点検日は9:00~17:00 ※年末年始の休館日【12/31~1/3は除く】)
事務室にて承ります ※電話でのお申込みはできません

【問合せ】 三和防災アクアウイングプール(函館市民プール)(TEL:0138-52-7452)

