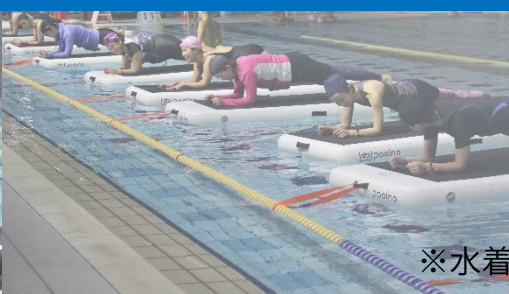


当日参加型教室

Poolnoレッスン

新規プログラム始動！！

水の上に浮かぶエクササイズボードで楽しくトレーニング！



※水着・水泳帽を着用しての参加となります。



日 時: ①毎週月曜日 11:00～11:50

②毎週水曜日 12:00～12:50

※祝日の開催はございません。7月1日～9月20日までは休止。



対 象: 高校生相当以上

メニュー: 水に浮かぶエクササイズボードの上で体幹トレーニング等を行います。
リラックス効果もあり、水泳が苦手な方でも楽しく参加できます。



料 金: 500円/回 (別途施設利用料)

定 員: 12名 ※申込は先着順となります。定員に達し次第、受付終了。



申込方法: 当日地下2階のカウンターにお越しください。



ご不明なことは、総合運動場温水プール管理事務所までお問い合わせください。
詳細は、館内掲示物またはHPをご確認ください。

お問い合わせ
世田谷区大蔵4-6-1
世田谷区立総合運動場温水プール 管理事務所
Tel. 03-3417-0017 Fax. 03-3417-0013

