

プールでは、  
その他にも教室を  
開催します

## プールでスラックライン



細いベルトの上でバランスを楽しむスポーツ！  
なんとプールの上で行います！水の上だから安心！  
楽しみながらバランス感覚・体幹・集中力を向上！

日 程：7月10日(日)、31日(日)

8月17日(水)、21日(日)、28日(日)

時 間：①18時00分～19時00分 小学生まで

②19時30分～20時30分 中学生以上

定 員：各回25名

参加費：中学生以下500円/回

高校生以上800円/回

保護者 500円/回

※小学2年生以下の方は、保護者も一緒に  
入水が必要です。

申 込：7月1日(金)よりお電話にて受付

## エンジョイ サップヨガ

プールの上で楽しくヨガ！  
サップボードを使って心地よい時間を！

日 程：8月2日(火)、16日(火)、30日(火)

① 18時～19時

② 19時15分～20時15分

9月6日(火)、7日(水)

① 9時30分～10時30分

② 10時45分～11時45分

対 象：中学生以上の方

定 員：各回10名

参加費：2,000円/回

申 込：7月10日(日)よりお電話にて受付



## エンジョイ アクアビクス

水中で行うエアロビクス！  
泳げなくても大丈夫！楽しく脂肪燃焼！  
水の中で、足腰への負担軽減！

日 程：7月23日(土)

8月27日(土)

9月 3日(土)、10日(土)

全3回コース ※9月10日は予備日

時 間：18時00分～19時00分

対 象：18歳以上の方

定 員：30名

参加費：1,500円(3回分)

申 込：7月10日(日)よりお電話にて受付

