

アクアエクササイズ

教室名	曜日	時間(h)	内容	受講料	申込日	申込時間
脂肪燃焼アクアⅠ	水	19:00~20:00	リズムカルに体を動かし、楽しみながら脂肪燃焼していきます。	3,060	4/11	19:00~19:15
楽しい水中運動	金	11:00~12:00	歩行をベースにさまざまな動きを取り入れ、全身を動かします。	5,100	4/6	11:00~11:15
脂肪燃焼アクアⅡ		14:00~15:00	リズムカルに体を動かし、楽しみながら脂肪燃焼していきます。	5,100	4/6	14:00~14:15

開催日程

脂肪燃焼アクアⅠ

第1回	4月25日
第2回	5月9日
第3回	5月23日
第4回	5月30日
第5回	6月13日
第6回	6月27日

楽しい水中運動 脂肪燃焼アクアⅡ

第1回	4月13日	第6回	5月25日
第2回	4月20日	第7回	6月1日
第3回	4月27日	第8回	6月8日
第4回	5月11日	第9回	6月15日
第5回	5月18日	第10回	6月22日

対象：18歳以上（高校生不可）

定員：各30名

持ち物：受講料、ボールペン



■お問い合わせ

エコハウス138 指定管理者

TEL:(0586)47-7138