

30分のショートアクアイベントと開催!

おなかシェイプ!

期日:令和7年3月4日(火)

時間:12:50~13:20

(10分前にはプールにご集合下さい。)

対象:会員・非会員・施設ご利用者様

持物:水着、タオル、キャップ、ドリンク

参加費用:100円(税込)

※プール会員、火曜日教室会員以外の方は当日券売機にてプールチケットをご購入して下さい。



プールでの運動では...

水圧が血行を促します!

浮力が関節への負担を減らします!

水中では消費カロリーが増えます!

下半身シェイプ!

期日:令和7年3月14日(金)

時間:13:30~14:00

(10分前にはプールにご集合下さい。)

対象:会員・非会員・施設ご利用者様

持物:水着、タオル、キャップ、ドリンク

参加費用:100円(税込)

※プール会員、金曜日教室会員以外の方は当日券売機にてプールチケットをご購入して下さい。

びびんアクアでからだシェイプ!

2/14(金)PM13:00

申込スタート!

各期間定員15名

先着順締め切り!

アクアエクササイズはどの方向に動いてもトレーニング効果が得られます。今回は各部位(下半身、おなか)を中心としたショートアクアエクササイズを楽しんで頂きたいと思います!!水の中で、はしゃいで楽しんで下さい(笑)
何より音楽にあわせて楽しくお時間をお過ごしください。
春に向け身体を引き締めましょう!!

その他

- ・2月14日(金)PM13:00~より受付致します。
- ・お電話でのお申込みも可能です。但し、お申込み後7日以内に参加費のお支払いを受付にてお願い致します。入金がない場合は自動キャンセルとさせていただきます。尚、お申し込み後料金の返金等はできませんのでご了承下さい。
- ・定員になり次第締め切りとさせていただきます。キャンセル待ち等はありません。
- ・開催日が困難になった場合は別日を設定致します。
- ・専用レーンとして2レーン使用致します。

もりやまエコパーク スイミングスクール

もりやまエコパークは皆さまの健康を応援します!!

〒524-0216 滋賀県守山市環境学習都市宣言記念公園 1-1 TEL 077-584-4693 FAX 077-584-4828