

健康に長生きしませんか！

大人のスイミング

ポカポカ温水プール

アクシーかめだ



11月限定3回無料体験募集



日本の平均寿命は80歳以上、でも健康寿命はそれより約10年短いとされています。健康で長生きしたいというのは誰もが願うことですよね。そんな皆さんにお勧めするのが温水プールでの運動です。温水プールは冬でも真夏の温かさ。膝や腰に不安のある方でもおもいっきり身体を動かします。

じっくり泳法コース

一人一人丁寧な指導
泳ぎを基礎から学びたい方



火・金曜日 13:30~15:30

月・木曜日 19:30~21:00

いきいき水中運動コース

膝や腰が痛い方でも安心
健康を維持したい方



月・木曜日

13:30~15:30

らくら倶楽部

自由に歩いたり音楽に合わせる水中ダンスや水泳
入門まで自由に入り放題



月~金曜日 12:00~16:00

土曜日 12:00~13:30

上記の中から好きなコースを選んで、3回無料でお試しできます。

同じコースに3回体験されても、別々のコースを体験されてもOK！

実施期間は、平成30年11月1日(木)~30日(金)

自分に合うコースがきっと見つかります！

申込期限

11月24日(金)

裏に続く