

*** アクシーかめだ ***

大人向け 水中運動教室のお知らせ

その1 新潟大学・アクシーかめだ 協働イベント 水中運動体力づくり教室

日時：9月14日(日) 9:30~12:00

内容：・健康セミナー(講義) 「水中運動のすすめ」

講師 新潟大学准教授 大庭昌明氏

・水中運動レッスン(実技)

指導担当 アクシーかめだ 所属インストラクター

対象：水中運動に興味のある方



その2 初めて水中運動教室

日時：9月22日(月)・9月25日(木)・9月29日(月) ※1日の参加からOK

10:30~11:15

内容：・水中運動・水中筋力トレーニング

指導担当 アクシーかめだ 所属インストラクター

対象：50代~80代くらいまでの水泳初心者の方



※直接、お電話でお申込ください(^o^)

当スクールでは月・木のPM2:00~3:00までの間、水中運動コースをおこなっております。
いつでもご見学ができますので、お気軽にお越しください。

☆持ち物：水着・キャップ・バスタオル・水分補給用飲み物

☆参加費 1回 500円

アクシーかめだ

025-381-8844

HPも更新中(*^_^*)

アクシースイミング

検索



新潟市江南区五月町1丁目3番25号