

みんなで一緒に、青空レッスン！ ～～ストレッチ体操～～

【初心者大歓迎】

上半身・下半身のストレッチを行い、
呼吸と共にゆっくり身体をほぐしていきます。

青空レッスン

【日 時】 10月25日（土） 10:45～11:30

【場 所】 屋外プール プールサイド

【参加費】 一般(高校生以上) 610円(税込)/会員 無料

【参加枠】 35名

青空レッスンのお申し込み
はこちらのQRコードからお
願い致します。



※雨天・荒天時は屋内施設のスタジオでの開催となります。

※一般の方はお申し込みのうえ、当日は2階フロントまでお越しください。

※室内シューズを使用します。

動きやすい服装、お飲み物、タオル等をご持参ください。