

# アクアビクス

シェイプアップに最適な水中で行う  
エアロビクスダンスです。  
浮力によって腰や膝にかかる負担を  
軽減してくれるので、多くの方に  
おすすめのプログラムです。  
全く泳げない方でも安心してご参加  
いただけます。  
音楽に合わせて楽しく踊りましょう



開催日：月曜日（※教室日程表確認）

開催時間：10:00～10:45

参加費： 1期 12回 9,600円

2期 14回 11,200円

3期 10回 8,000円

定員：40名

対象：高校生以上

担当：RYOインストラクター



お申込みは：3月1日～18日まで

※申し込みは市内登録者のみ、欠員時は市外者募集を3月下旬に行います。  
※アクアビクスは他の水泳教室と重複での申込が可能な教室です。