

# 【初心者向プールイベント】 ゆったりウォーク

**NEW**

12月開講予定  
開講前体験イベント

初めての方も、運動に慣れていない方も  
安心してご参加いただける『ゆったり  
ウォーク』。水中でのウォーキングは  
膝への負担も軽く、ムリなく  
始めることができます。



お友達とお気軽に  
Let's 健康ライフ♪

開催日時： 10/17, 31, 11/14, 28  
金曜 10:15~10:45

対象： 16歳以上

定員： 10名

場所： スライダー着水プール

※ お申込み不要。10分前までに着水プールに集合。

※ プール入場料のみ別途必要。