

アクアビクス

AQUABICS

SASHIMA
COMMUNITY
CENTER



音楽に合わせて、水中でLET'S DANCE!
リフレッシュ&脂肪燃焼効果で
運動不足を解消しましょう♪

- ☑ 曜 日: 毎週金曜日
- 時 間: 9時30分~10時20分
- 場 所: 温水プール
- 対 象: 16歳以上
- 参加費: 1回500円(入場料込み)
- 定 員: 20名
- 持ち物: 水着・水泳帽
タオル・飲み物

マウスシールドの着用をお願いします。



FRIDAY STARTS AT 9:30 AM
4/15.22 5/6.13.20.27 6/3.10.17.24

当日、窓口にて受付致します。(先着順)
定員になり次第、締め切りとします。