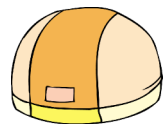


9月スタート！！ 佐賀県総合運動場水泳場

第3クール おすすめの健康教室紹介

ビギナークラス



毎週水曜日
10:30～11:30



クロールをマスターしたい方へおすすめです。顔付けが苦手な方でも安心して参加できます。歩き方や呼吸の仕方を適切に指導致します。泳ぎに興味があるけどどうしたらいいかなどお悩みの方、ぜひ一度体験してみてください。

ボディヒーリング



毎週水曜日
10:30～11:30
(登録型)



太極拳・ヨガ・ピラティスの動きを癒しの音楽に合わせて行います。基礎練習をしっかりと行いますので初めての方身体が硬い方でも大丈夫です。繰り返し行う事で、柔らかくしなやかなボディをつくります。

初めての方大歓迎です。他の曜日時間にも多彩なプログラムをご用意しています。詳しくはお気軽にお問い合わせ下さい。

ワンコイン体験会実施中!!

1回 **500** 円

0952-32-3473まで要予約