

楽しく♪ 初心者でも誰でもお気軽に！

アクアビクス

音楽に合わせてからだを動かそう！初めての方でも大丈夫！！
ストレス解消！幅広い年齢層の方が楽しめます！
水の浮力や抵抗を利用し全身をバランスよく鍛えよう！！

2026年2月15日・3月15日
日曜日 13:00～13:40

参加者募集中！！

- 場 所■ 電光石火みよしパーク 温水プール
- 参加費■ 1,000円(ミズノスクール生300円引き)
※別途入場料410円、中高校生230円
- 対 象■ 中学生以上(医師の制限のない方)
- 定 員■ 15名
- 持参物■ 水着、スイムキャップ、水分
※事前、予約・申込みお願いします。



詳細は
こちらをチェツ



《お問合せ》

電光石火みよしパーク

TEL : 0824-66-3366