

楽しく♪初心者でも誰でもお気軽に！

アウアビクス

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1月18日(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。



《お問合せ》

電光石火みよしパーク

TEL : 0824-66-3366



詳細は
こちらをチェッ

