

★ えみくる ARIDA ★
有田市民水泳場

7月レッスン日

😊 ボンバ

1日(水)、15日(水)

🌙🕒 19:00~19:30(30 分間)

18(土) ☀️🕒 14:00~14:30(30 分間)

😊 筋トレ&ST

🕒 10:30~11:00(30 分間)

16日(木)、23(木)

隙間時間を活用して
体を動かそう！

9(* ^ ω ^ *)9

えみくる
ARIDA
BIG SMILE

MIZUNO