

2025 1月イベント

アクアビクス



音楽に合わせた有酸素運動と
水圧による筋力トレーニング！
水中なので体重の負担もなく
楽に運動～♪

2日間限定イベント！

場所：ぐるる宮代温水プール

日時：① 1月11日(土)
AM11:00～11:40

② 1月23日(木)
AM11:00～11:40

受講料：¥600(別途入場料¥400が必要です)
レッスン前のご入場も可能です

対象：大人(16才以上)

<申し込み開始>

1/5(日) AM10:00～
定員各30名(先着順)
窓口またはお電話にて

前日までの申込みを
お願いいたします

また、5人以下の場合
開催いたしません

● 水着、キャップ、ゴーグル、飲み物、タオル、を持参してください。

● 施設では入場時、消毒をお願い致します



宮代町総合運動公園

TEL：0480-32-1543

〒345-0836
埼玉県南埼玉郡宮代町大字和戸1834

● 営業時間 平日 9:00～21:00
日・祝日 9:00～18:00

● 休館日 月曜日 年末年始