

# 水中ウォーキング（水）

足腰に不安のある方や、運動習慣をつけたい方にピッタリなプログラムです。初めてのプールレッスンとしてもおすすめ！

対 象	一般
時 間	10:10~11:00 受付 9:55~
会 場	温水プール 5コース
料 金	1回 700円
講 師	佐藤 美名子 先生
申 込 受 付	【事前予約不要】 券売機にてチケット購入後、プール窓口にお越しください。
持 ち 物	水着・水泳帽子・水分補給できる物 タオル・必要な方はゴーグル等
問 合 せ	〒983-0039 仙台市宮城野区新田東4丁目1-1 TEL. 022-231-1221

開催月	開催日				
4月	12	19	26	—	—
5月	10	17	24	31	—
6月	14	21	28	—	—
7月	5	12	—	—	—
8月	混雑時期の為、プログラムの開催はございません。				
9月	6	13	20	—	—
10月	4	11	18	25	—
11月	1	8	15	22	29
12月	6	13	—	—	—
1月	10	17	24	31	—
2月	7	14	21	—	—
3月	6	13	—	—	—

※お手持ちのスマートフォンからも日程のご確認を頂けます。

