

平成29年度 アクアビクス教室

- 開催日 第1回 12月14日(木) 18:30～19:30
第2回 12月17日(日) 10:00～11:00
第3回 12月27日(水) 10:00～11:00
※1日のみでも参加できます！
- 場 所 大船渡市 Y・S センター 温水プール
- 対 象 18歳以上の方
(持病のある方は予め医師の承諾を得ること)
- 定 員 各日 40人
- 参 加 費 無料
(但し利用券は各自負担)
- 申込方法 電話または直接来所しお申込み下さい

水中での運動は

“消費カロリーが高く”

“足腰への負担も少なく”

“泳げなくてもOK！”

是非 チャレンジしてください！

参加者募集！

申込み・問い合わせ先

社会福祉法人 大船渡市社会福祉協議会

住 所:大船渡市立根町字下欠125-12

電 話:0192-27-0001 ファックス:0192-27-0800