

はじめて水泳☆小学生☆

夏に向けてスタートダッシュ！！



顔をつけられるようになりたい！

潜れるようになりたい！

上手に浮かべるようになりたい！

バタ足が上手になりたい！



綺麗なクロールで泳げるようになりたい！

開催日：平成29年4月23日（日）

時間：午前10時～11時

対象：小学生

（水が怖い子～綺麗にクロールを泳ぎたい子）

定員：20名

参加費：無料

申込方法・注意事項

- 4月10日（月）午前9時より電話または直接窓口にて申込をお願い致します。
- 定員の達し次第、申込を終了させていただきます。予めご了承ください。

目指せ！美BODY！ アクアジョギング

開催日：平成29年4月23日（日）
時間：午前11時～12時
対象：成人（高校生相当以上）
定員：20名
参加費：無料

～ 内容 ～

水中でジョギングを中心とした有酸素運動を行います。

新陳代謝が下がり気味の方、夏に向けて綺麗なボディラインを手に入れたい方に効果的！

老若男女楽しめるプログラムとなっております。



申込方法・注意事項

- 4月10日(月)午前9時より電話または直接窓口にて申込をお願い致します。
- 定員の達し次第、申込を終了させていただきます。予めご了承ください。

指定管理者：TM共同事業体
仙台市水の森温水プール
TEL 022-277-2713