

# 健康水中

参加無料

# ウォーキングレッスン

医者から水中ウォーキングを  
勧められたけどなにをしたら  
良いのかわからない…



いつも同じような運動だから  
パターンを増やしたいなあ…

## そんな方にお勧めです！！

【日付】8/23（木）【時間】14：00～15：00

【定員】15名（定員に達し次第募集終了）

### ◆ 注意事項 ◆

- ・本イベントでは成人（高校生相当以上）を対象といたします。
- ・参加対象は『教室会員』、『非会員』を問いません。お気軽にご参加ください。

### ◆ 申込方法 ◆

8/13(月)8:00より窓口にて申込み。(定員に達し次第、申込みを終了させていただきます)また、イベントの様子は後日、当施設のHPや館内掲示で公開させていただきます。(同意者のみ)

仙台市水の森温水プール（指定管理者）TM共同事業体

TEL:022-277-2713 所在地:仙台市青葉区水の森4-1-1 URL:<http://www.tm-sendai.com>