

2023/6/29開催！ ストレッチ & 筋トレ教室



健康寿命を延ばしましょう！
綺麗な姿勢で力強い泳ぎを！
お怪我の予防に役立ちます。

☆こんなことでお悩みの方に・・・

- ・正しいフォームを
- ・もっと楽に力強く泳ぎたい
- ・姿勢をよくしたい
- ・肩こり・腰痛など身体の痛みを減らしたい

対象：成人(高校生相当以上)

日時：6/29(木)10:30～11:30 ※15分前から入場出来ます。

定員：8名(先着)

料金：無料

場所：水の森市民センター 会議室2

準備：飲み物、汗ふきタオル、動きやすい服装、
室内用運動靴

※参加には事前の予約が必要です。

本イベントに関する問い合わせは

TAC水の森ウォーターパークにご連絡ください。

6/21(水)10:30～先着順受付
電話・直接窓口にて受付開始

※キャンセル待ちはございません。

※電話受付の場合、回線が1つのため繋がりにくい可能性がございます。予めご了承ください。

 TAC水の森ウォーターパーク

☎ 022-277-2713

住所 仙台市青葉区水の森4-1-1

営業時間 9:00～20:00

指定管理者 TM共同事業体

(株式会社東京アスレティッククラブ・

三菱電機ビルソリューションズ株式会社)

イベント情報

