

# 元気になっていきましょう!!

## 無料特別レッスン開催決定!!

令和2年

10月1日(木)~15日(木)

アクアビクス・水中運動を一緒にやりませんか!  
少しずつ体力を戻していきましょう♪ (定員 各20名)

★レッスン開始30分前からプール場内にて受付します

### 月曜日

10:00~10:20  
アクアビクス  
10:30~10:50  
アクアビクス

### 水曜日

10:00~10:20  
水中運動  
10:30~10:50  
水中運動

### 木曜日

10:00~10:20  
アクアビクス  
10:30~10:50  
アクアビクス

### 金曜日

10:00~10:20  
アクアビクス  
10:30~10:50  
アクアビクス

#### (注意事項)

- ・多くの方に参加して頂きたい為、2本連続してのお申込みはできません。ただし、空きのある場合はご参加頂ける場合がございます。
- ・プール入場ができた方に限ります。(教室の優先入場はありません)
- ・体調に不安のある方は参加をお控えください。
- ・館内、更衣室ではマスクを着用し、大きな声での会話はお控えください。
- ・レッスン中はマスクの着用は自由です。(インストラクターはマスクの着用をさせていただきます)