

## 特別レッスン

# 水中ウォーキング & アクアビクス

**7月7日、14日**

**(火曜日)**

**13時30分～14時30分**

**担当：砂田**

水中ウォーキングでしっかりとウォーミングアップ。  
その後アクアビクスをします。

**レッスン参加料：550円**

受付にてご予約願います TEL 0566-24-6261