

プレッスン第4弾のご案内

アクアプログラム再開に向けて、

プレッスンを開催致します。是非ご参加ください。



【対象】

活動中の方で、
活動時間内のプログラムをお選びください。

【プログラム&日程】

7月10日（金）12：00～12：30【担当：丸山】ショートアクア@プール
7月11日（土）11：00～11：30【担当：原頭】ミットアクア@プール
7月15日（水）12：10～12：30【担当：山口】水中トレーニング@プール
7月15日（水）14：30～15：00【担当：崎元】ショートアクア@プール

【定員】

プール 各15名 先着順
※水中トレーニング（ウォーキング） 8名 先着順

【申込方法】

7月8日（水）12：00～申込フォームにてご予約ください ※お1人1つまで
※お電話や窓口でのお申し込みは、同日18：00～となります。TEL：793-7401

申込フォームはこちら↓

<https://www.supersaas.jp/schedule/kobeymcawellnessgakuen/%E3%83%97%E3%83%AC%E3%83%83%E3%82%B9%E3%83%B3>

①お名前と、必要な方は②メールアドレスの入力のみでお申込み頂けるようになりました！

【参加方法】

- ・体調のすぐれない時は、無理をせず休みましょう
- ・事前に申込をしてからご参加ください
- ・プールでは、隣の人と2mの距離をとり会話を控えてください
- ・プールプログラム終了後は、時間差退水をお願い致します
- ・プールプログラムは、言葉でのお伝えを控え、身振り手振りでお伝えいたします

