

水中ウォーキングセミナー



正しい水中ウォーキングのフォームや、脂肪燃焼に効果的なウォーキングを行います。

日 時・・・9月28日(木)～1月25日(木) 毎週木曜日 全11回

10時～11時 ※11月9日～12月21日は休講

場 所・・・関B&G海洋センター

定 員・・・35名 対象・・・18歳以上

参加費・・・5,500円 (別途スポーツ保険料 64歳以下1,850円/65歳以上1,200円)

持ち物・・・水着・キャップ・タオル



9月7日より受付

お問合せ 関B&G海洋センター ☎0595-96-1010