

# プールスクール 参加者大募集!!



## ➡ 成人スイム 水曜日10:30~11:20

- **内容** クロール25m完泳を目指してレッスンを進めていきます。他の種目の練習を取り入れることもあります。
- **日時** 水曜日(全10回):1月8日(水)~3月19日(水)
- **参加費** 7,350円(税込) ➤ **定員** 15名 ➤ **講師** 増井悟

## ➡ アクアフィットネス 火曜日11:30~12:15 木曜日18:30~19:15

- **内容** 水の抵抗を利用し、音楽に合わせて行う有酸素運動です。
- **日時** 火曜日(全9回):1月7日(火)~3月25日(火)  
木曜日(全10回):1月9日(木)~3月13日(木)
- **参加費** 火曜日:6,650円(税込) ➤ **定員** 25名 ➤ **講師** 伊藤まり子  
木曜日:7,350円(税込)

## ➡ 水中ウォーキング& トレーニング 金曜日10:30~11:20

- **内容** 水中ウォーキングと水の抵抗を利用したトレーニングを行います。
- **日時** 金曜日(全10回):1月10日(金)~3月14日(金)
- **参加費** 6,300円(税込) ➤ **定員** 25名 ➤ **講師** 伊藤まり子

### 申込期間

12月1日(日)~12月17日(火)  
※募集定員を超えた場合は抽選を行います。結果は12月20日(金)以降にご連絡します。

### 申込方法

電話・プール受付もしくは  
ホームページからお申込ください。

### 【お問い合わせ先】

荻野運動公園プール  
住所 厚木市中荻野1500  
電話 046-225-2689



荻野運動公園  
Ogino Athletics Park