

2026年4月火曜日開催 【大人の水泳教室】スクール体験会 ～肩・腰・膝にやさしく泳ぎたい！～

- クラス名:のんびり2種目『緩めて・動いて・整える』
- 開催日程:4/7・4/14・4/28(全3回/火曜日)
- 定員:11名 ■開催時間:10時00分～11時00分
- 料金:6,600円/税込 ※都度申込はできません。
- 受付申込:3/20(金)～4/7(火)迄

担当:晴

身体を緩めて水に浮き、普段休んでいる筋肉も動かして、自分の身体を操りながら、全身を整えて泳ぎます。

肩・腰・膝への負担を減らしたい方、泳いだ後に身体をスッキリさせたい方にオススメです。