

## 水中運動



楽しみながら体  
力向上を目指し  
ましょう！

15:10~16:00  
アクアケアプール

定員  
14名

荒井 良偉

対象:全成人

## アクアビック



水中トレーニング  
でエネルギーを  
消費していきま  
しょう！

16:10~16:55  
アクアビックプール

定員  
14名

荒井 良偉

対象:全成人

## スイムクリニック(テクニク)



泳ぎの気になるところ・苦手なところを改善していきましょう！

17:00~18:00  
メインプール

定員  
10名

阿部 尚紀

対象:全成人

申込み

【 窓口 】 7月15日(木) 9:30~  
【 WEB 】 7月15日(木) 8:00~  
TACHP » <http://tac-net.info/>

