

## 4月29日(金・祝) アドバンス



阿部 尚紀

1時間泳ぎ込みま  
しょう!

13:00~14:00  
メインプール

定員  
15名

対象:アドバンス相当

## 5月3日(火・祝) アクアビックレギュラー



遠藤 愛

水の抵抗を感じ  
ながら楽しく運  
動しましょう!

14:00~15:00  
アクアビックプール

定員  
15名

対象:全成人

## 5月4日(水・祝) ワンポイントレッスン



羽生 慎吾

日頃の泳ぎの悩み  
をぶつけましょ  
う!

11:00~12:00  
ケアプール

定員  
15名

対象:全成人

## 5月5日(木・祝) ウォーキング&ダンス



武内 君美

楽しみながら体力  
向上を目指しま  
しょう!

11:00~11:50  
ケアプール

定員  
15名

対象:全成人

申込み

【窓口】4月22日(金) 9:30~  
【電話受付】4月22日(金) 13:00~  
【WEB】4月22日(金) 8:00~  
TACHP » <http://tac-net.info/>

