

プールの効果を実感しよう！

無料体験会

朝の水中歩行

泳げなくても大丈夫！
水中なら浮力で膝への負担も少なく
水の抵抗で運動効果もばっちり！！

期 間 4月6日(日)~28日(月)

期間中「朝の水中歩行」「アクアビクス」いずれかを、週3回(全10回)ご参加いただけます。

4月3日(木)より受付開始

音楽に合わせて楽しく運動。
体幹を使った運動効果を得られます。

アクアビクス

お申し込みは TEL 046-873-1499



逗子スポーツクラブ

ZUSHI SPORTS CLUB