

水泳ワンポイントレッスン

平成30年1月21日(日)

☆もう少しうまく泳ぎたいなあ…

☆泳ぎは苦手だけど体力づくりをしたいなあ…

☆腰やひざが痛いのでゆっくり歩きたいなあ…

このような悩みをもっているあなたに
おすすめします。お気軽にご参加下さい。

11時00分～11時50分

13時00分～13時50分

14時00分～14時50分



講師：(公財) 日本体育協会公認スポーツ指導者 牧野真澄

※都合により、指導員が変更になることがあります

※ワンポイントレッスンの参加料は無料ですが、入場料は必要です。

レッスンは一人10分です。



〒501-0534 揖斐郡大野町下座倉 1451-3
西濃環境整備組合 屋内温水プール ゆ～みんぐ
電話 (0585) 32-4682
HP <http://www.seino-kankyo.jp/yuming/>