

南陽プール オータムフェスタ

気になるレッスンを体験してみませんか？
ぜひ、この機会にお気軽にご参加ください！

開催日/10月16日 金

無料体験会は、9月12日(土)9:00から
窓口・電話で先着順受付いたします。

参加
無料

※対象は、いずれも中学生を除く15歳以上の方です。

9:30
~
10:30

無料体験会 やさしいエアロ



- ・定員：30名
- ・会場：軽運動室
- ・持ち物：室内シューズ

10:45
~
11:45

無料体験会 スローエアロビック



- ・定員：30名
- ・会場：軽運動室
- ・持ち物：室内シューズ

無料体験会 アクアビクス講習会



- ・定員：30名
 - ・会場：屋内プール
- ※プール利用料は必要です。

13:00
~
14:00

14:00
~
15:00

無料体験会 ZUMBA®プラスストレッチ



- ・定員：24名
- ・会場：軽運動室
- ・持ち物：室内シューズ

15:15
~
16:15

無料体験会 骨盤エクササイズ



- ・定員：30名
- ・会場：軽運動室

この体験会は、スポーツ・レクリエーション傷害補償制度に加入しておりますが、万一事故が起きた場合は応急処置を除き責任を負いかねますので、ケガのないようご注意ください。



名古屋市 南陽プール
〒455-0855
名古屋市港区藤前四丁目701番地

TEL:052-303-2015
Fax:052-303-2016

【指定管理者:(公財)名古屋市教育スポーツ協会】

