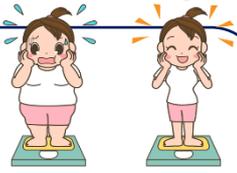


身体に負担なく運動したい！



16歳以上

膝腰にやさしく



カロリー消費陸上の**2倍**

水泳教室会員募集！

水泳

初めてでも大丈夫！泳げるって気持ちいい！！



コース	時間
スイム 月	14:00-15:00
スイム 木	
スイム 水	19:45-20:45

水中運動

水中で歩く・走る・伸ばすなど様々な

運動をして心も身体もスッキリ！

一度体験してみませんか？初回体験料 1,000 円



対象	コース	時間
16歳以上	水中運動 月	19:45-20:45
	水中運動 水	14:00-15:00
	水中運動 金	

月会費 3,000 円 (月 3 回) 年会費 500 円 保険料 16 歳~64 歳 1,850 円
65 歳以上 1,200 円

2/9 (水) 14時電話受付開始



申し込み・問い合わせ

氷見市民プール TEL 91-5000

受付時間 14:00~21:00 (火曜休館)