

水中体操教室 無料体験 参加者募集

体験日

8/18月 21木
22金 23土

令和7年度後期水中体操教室の開催に向けて、無料体験会を行います。関節に優しく、体力作りにも最適な水中体操を体験できるチャンスです。健康的で楽しい運動を始めませんか？この機会にぜひご参加ください。

No.	体験日	コース	時間	定員	対象者
1	8/18. 21. 22. 23	一般	9:30~ 10:30	各日5名	概ね40歳以上の方
2	8/18. 21.22.23	ゆっくり	11:00~ 12:00	各日5名	概ね40歳以上の方で 体力に自信がない方
3	8/18.21.22	障がい	13:00~ 14:00	各日2名	概ね40歳以上の方で 障がい等がある方
4	8/18.21.22	一般	14:30~ 15:30	各日5名	概ね40歳以上の方

場 所 総合福祉センター「絆」機能回復プール

参加費 無料

対 象 村内在住の概ね40歳以上の方

申込み 7月30日（水）～8月8日（金）の午前8時半～午後5時15分に、お電話または村社協へ直接お申込みください。※日曜を除く
▼先着順の受付となります

問い合わせ：東海村総合福祉センター ☎282-4300