

平成30年度通年教室

★ 無料体験会 ★

①水中ウォーキング&アクアビクス

【日時】5/27（日）11：00～12：00

【内容】音楽に合わせて、水の特性を活かして動き、心肺機能向上やシェイプアップ・筋力向上を目的としたプログラムです。

【対象】高校生相当以上

【定員】15名

運動が苦手な方にも
オススメです♪



親子一緒なのでプールが
苦手なお子様も安心です！

②親子水泳

【日時】5/27（日）13：00～14：00

【内容】アームヘルパーをつけて、水遊びやお顔つけなど、水慣れをしていきます。

【対象】2歳～4歳の子とその保護者

※体験当日に年齢が達し、且つ1日を通してオムツが取れていることが条件です

【定員】10組



◆ 注意事項 ◆

本イベントでは平成30年度通年教室に会員登録をしていない方を対象といたします。予めご了承ください。但し、①水中ウォーキング&アクアビクスに限り、会員であっても、上記教室以外の場合は申込み可といたします。

◆ 申込方法 ◆

5/7(月)10:00より窓口にて申込み。(定員に達し次第、申込みを終了させていただきます)また、イベントの様子は後日、当施設のHPや館内掲示で公開させていただきます。(同意者のみ)

仙台市水の森温水プール（指定管理者）TM共同事業体

TEL:022-277-2713 所在地:仙台市青葉区水の森4-1-1 URL:http://www.tm-sendai.com