

## <各種自主事業教室のご案内> プール教室(健康増進)

【運動不足解消！水中シェイプ教室】	【肩こり・腰痛・膝痛予防のための水中歩行教室】
音楽に合わせて楽しく動き、身体を引き締めましょう	水中歩行の基本、効果的な歩き方を学びます
開催日;毎週水曜日	開催日;毎週木曜日
時 間;11:00~12:00	時 間;11:00~12:00
回 数;10回	回 数;10回
定 員;20名	定 員;20名
対 象;一般の方	対 象;一般の方
参加費;7,500円	参加費;7,500円



- 定員に達していない教室は随時参加者募集中です。
- 教室の開催期間、教室の定員状況…等 お気軽にお問合せください。

## 久留米市民温水プール

指定管理者;シンコースポーツ・アズビルグループ

URL <http://ssk-kurume-pool.com/>

住所;福岡県久留米市上津町2199-39

電話番号;0942-21-2040