

# 緑地プール プール特別レッスン ご案内



## プール

# 関節痛改善教室

腰・ひざ・股関節・肩など関節に違和感、痛みがある方や予防したい方、あつまれ～！！  
関節痛を予防改善するプールでの効果的な歩き方や運動の特別レッスンをを行います。  
定員がありますので、お申し込みはお早めに～♪

## 平成29年3月15日(水)

### 10:15～10:45(30分)

定員:10名

料金:600円

※別途プール利用料が必要です。

申込:料金を添え、受付にて申し込みに必要

申込締切:3月14日(火) ※定員になり次第締め切ります。

指導担当:フロア教室担当 ふるしよつかずみ

