

ご好評につき!! 第2回の開催決定!!

アクアビクス無料体験会 開催決定!!

10/20(木) 19:00~19:30

アクアビクスは、音楽に合わせて水中で運動を行います。簡単な動きなので、初めての方でも安心してご参加いただけます。

お申し込み方法

前日までに、施設受付またはお電話にて、ご氏名・ご連絡先をお伝えください。

- ※ 18歳以上の方が対象となります。 ※ 定員は15名です。(お申し込みは先着順です。)
- ※ 当日に施設利用料をお支払いください。(宍粟市民で65歳以上の方は無料です。)



講師のご紹介

滋賀県や京都府のフィットネスクラブで指導経験のある、

加藤智子さん

が講師を担当します。皆様この機会にぜひともご参加ください

※ 教室の風景写真はイメージです。

宍粟市千種B&G海洋センター

〒671-3201 宍粟市千種町千草7番地4 (千種小学校南側)

☎ 0790-76-3610 / 📠 0790-76-3615

