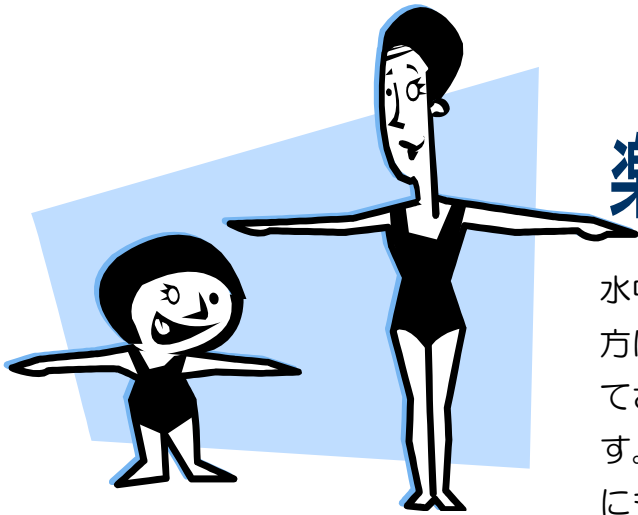


水中健康体操クラブ

SSC平和台

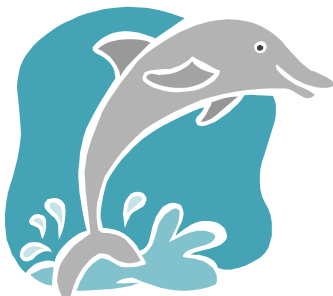
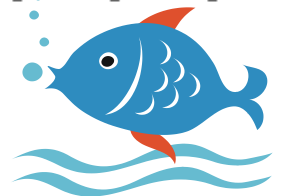
無料体験できます!!



初めての方でも無理なく
楽しくできる水中健康体操

水中健康体操は「泳ぐことが苦手な人」や中高年の方にも気軽に出来る運動で、しかも陸上運動に比べてさまざまな効果が期待出来る運動プログラムです。ひざ痛、腰痛のある方、病気やケガのリハビリにも最適です。(音楽はありません)

- 対象 : 一般
- 活動日 : 毎週金曜日
- 時間 : 午前9:30 ~ 11:00【受付9:15~】
- 月会費 : 2000円/月 (7,8月はお休みです)
※ 別途年会費が必要です。一般 6,000円 / 60才以上 4,800円
(保険料込み。SSC平和台事業に無料及び会員価格で参加できます。)
- 練習場所 : 平和台体育館 プール
- お申込み : NPO法人総合型地域スポーツクラブ平和台事務局まで
電話またはファックスにてご連絡下さい。



詳しくは事務局までお問い合わせ下さい

NPO法人総合型地域スポーツクラブ平和台事務局
〒179-0083 練馬区平和台2-12-5 平和台体育館内
TEL&FAX 03-5921-7800

