

□開催日時 11月3日(月·祝)12:00~13:00

□ 内 容 ①成人水泳コース「クロールを泳ごう」

お水慣れから浮く、バタ足などから練習していきます。初心者の方大歓迎です!

②水中運動コース「歩きまくろう会」

1時間でプールの中を歩きます。ジャンプ、体をひねる、後ろ向きでも歩いたりします

□ 対 象 成人(18歳以上) 当クラブ会員外の一般参加の方も大募集

□ 参加費 1,100円(税込)

□ 定員 ①水泳コース:10名 ②水中運動コース:20名

□ 持ち物 水着、キャップ、タオル、ゴーグル(水泳コース) ※キャップ、ゴーグルは無料レンタルあります

□募集期間 令和7年10月8日(水)~10月31日(金)

□申込方法 右記 QR コードまたはクラブホームページよりお申し込み

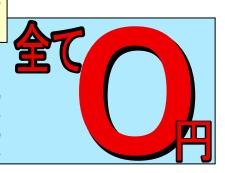
またはお電話やクラブフロントにて直接お申し込みもできます

## スペシャル入会特典!

①入会金

②初年度の年会費

③初月度の月会費



申し込みはこちらから



す。ゅかクラブに通うパパ&ママッ

できまざりでお得に健康習慣を

10月度限定! ファミリー会員大募集 クラブが使い放題で5,500円