

令和7年3月17日

## プール教室 教室内容変更のお知らせ

日頃より和名ヶ谷スポーツセンターのプール教室にご愛顧を賜り、誠にありがとうございます。

4月以降から開催のプール教室に関しまして、教室の内容が一部変更となりますので、以下の通りお知らせいたします。

金曜日 14:00～14:40

「バタフライ教室」を「水中運動」(担当:永吉)に変更

講師都合によりまして、上記のように教室内容を変更させていただきます。皆様におかれましては、長年にわたりバタフライ教室へご参加下さり、改めまして感謝申し上げます。

また教室内容の変更に伴いまして、ご不便、ご迷惑をおかけすることを深くお詫び申し上げます。

新しく開催いたします「水中運動」の教室では、水に入ることでお身体にかかる負担を軽減し、安全に運動して頂くことができます。

水の中で歩いたり、筋力トレーニングをしたり、時には道具も使用したりと、様々な方法で身体を動かすことを通して、健康な身体作りを目指す教室となっております。

皆様のご参加をお待ち申し上げます。

またウォーキング&アクア、アクアビクス、水中ウォーキング、クロール入門、おとな水泳教室については、従来通りの日時で、引き続き開催いたします。

4月のプール教室は、4月14日(月)より開始となります。

和名ヶ谷スポーツセンターのプール教室を、引き続きよろしくお願い申し上げます。

和名ヶ谷スポーツセンター