

Let's Try!

平成30年度新潟県障害者交流センター
スポーツ活動支援事業定期教室

水中運動教室

～in Spring～



様々な効果が期待できる「水」の中で
気持ちよく体を動かしませんか？

と き 5/11・25、6/8・22 (全4回)

金曜日 13:30～14:15

ところ 交流センタープール

内 容 各種水中運動

※ アクアビクス、水中ウォーキング、

水中トレーニングなど。

対 象 どなたでも参加可能 ※参加費無料

申 込 所定の申込用紙に必要事項を記入の上、
交流センター受付までお持ちください。

※ TEL、FAX での申込みも受け付けます。

新潟県障害者交流センター (担当: 内山)
〒950-0121 新潟市江南区亀田向陽1-9-1
(TEL: 025-381-8110 FAX: 025-381-1478)