

スイミングストレッチ

プールに入る前にちょっぴりストレッチで、肩周りなどの可動域を広げましょう！

無料です

水曜日の朝

9:30～9:50まで

体育室で、スタッフと
ストレッチタイム！

6月14・21・28日

7月5日 水曜日 (4回)



伸縮性のある服でご参加ください。(室内シューズは必要ありません。)

皆様のご参加を楽しみにしています。少しでも早く来て下さいね！

富田北プール

この印刷物は、古紙パルプを含む再生紙を使用しています。