

そうだ、 水泳、 はじめよう。

ダイエット 消費カロリーはランニングに匹敵。

リラックス 水の中で自律神経が整い、ストレス解消。

肩こり、腰痛の解消 浮力により筋肉が緊張から解放される。

むくみもスッキリ 水圧で筋肉が伸縮、停滞している血流が活性化。

スタミナUP 肺と心臓を鍛えて心肺機能もアップ。

春の1日体験会開催

期間 0/00(●)~0/00(●) 受付期間 0/00(●)まで

STEP1 まずはお電話でご予約ください。 ☎000-000-0000

STEP2 当日は水着をご持参のうえ、フロントまでお越しください。

STEP3 カウンセリング・施設のご紹介をいたします。

STEP4 アクアプログラムをすべてご体験いただけます。

期間中にご入会で

入会金

0円

今なら
初月月会費も

0円