

脳と身体の すこやか水中運動

水中歩行、道具を使った水中運動、簡単な脳トレをします

日 程 2018年5月2日（水）

時 間 13:00～13:55※12:55よりプールサイドで出席をとります

対 象 16歳以上

定 員 15名（**先着順**）

参加費 610円

場 所 上井草スポーツセンタープール

持ち物 水着、キャップ、タオル※キャップの無料貸出しあります

担 当 是佐陽太 藤田千紘



申込方法

電話での予約又は直接上井草スポーツセンターまで

4月15日（日）から4月22日（日）までは杉並区民の方優先受付期間

4月23日（月）以降は空きがある場合区外の方も可

上井草スポーツセンター
TAC・FC東京・MELTEC共同事業体