

# まずは、1ヶ月4回参加から運動習慣を始めませんか？

- 運動習慣を身に付けたいが上手くペースが作れない
- 1人だけで運動を続ける自信がない
- 仕事と両立しながら運動を続けたい



## 水中ウォーキング教室 おためし！ 8月1ヶ月体験教室

### 【肩こりが軽減し、運動習慣がついた！】

陸上でのウォーキングをしていたけど、肩こりや膝の痛みから水中ウォーキング教室に入会しました。入会後は自分の体調に合わせて参加することができました。継続するうちに肩こりの軽減や運動習慣を身につけることができよかったです。



朝の水中ウォーキング教室参加

60代 女性



夜の水中ウォーキング教室参加

60代 女性

### 【週2回の運動を無理なく

### 続けることができ、水が怖くなくなった！】

入会の目的としては、運動不足解消でした。自分の都合や体調に合わせて、週2回の運動を無理なく続けることができ、体重も-5 kg減らせることができました。これからは、健康維持と体力維持ができるように続けていきます。

今ならなんと！

1ヶ月4回参加で

~~通常価格 ¥3,718 (税込)~~

コロナに負けるな！応援価格！

通常価格 ¥3,300 (税込)

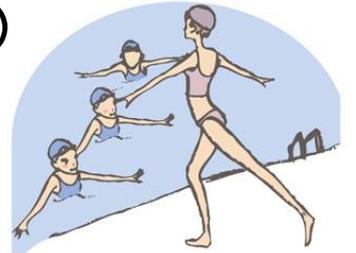
# 水中ウォーキング教室 2週間短期体験のご案内

【期 間】 令和2年 8月3日(月)～31日(月)

【参加回数】 4回(お好きな曜日でご参加下さい)

【募集人数】 5名 【参加費】 ￥3,300(税込)

【持ち物】 水着・スイムキャップ・タオル・飲み物



## 【レッスン時間】

時間/曜日	月	火	水	木	金	土
9:15 ~ 9:55	○	○	○	○	○	○
12:40 ~ 13:20		○				
20:00 ~ 20:40			○			○
21:20 ~ 22:00	○	○	○	○	○	

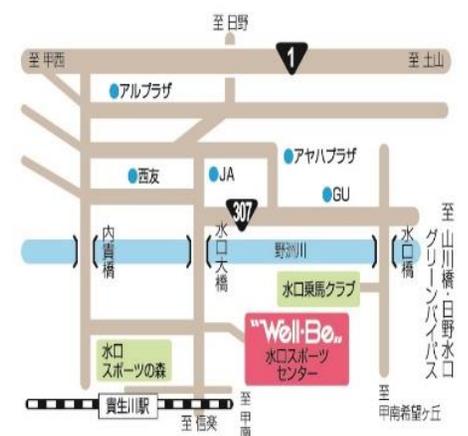
【申込方法】 ウェル・ビフロント若しくは、お電話でお申込み下さい。  
8月に入りましてもお好きなタイミングでお申し込みいただけます。  
※8月12日(水)～17日(月)迄、休館日となります。  
ご不明な点等がございましたら福池・平田・米田・中嶋までお気軽にご連絡下さい。

## 【内容】

- ① 朝昼の時間帯、夜の時間帯のどちらかに登録をして好きな日程でご利用下さい。
- ② ご都合が悪い場合は、他の時間帯にご参加頂けます。
- ③ 事前説明があるので、初回の日程は決めてください。スタッフよりお電話致します。

## 安全のためにウェル・ビが実施していること。

- ・フロントをご利用の際は、前の方と間隔を1m空けていただくようお願いいたします。
- ・館内換気のため定期的に、出入り口、窓を開放いたします。
- ・飛沫防止のため、透明シートを設置いたします。
- ・館内に会員様用の消毒液を設置いたします。
- ・手すりやイスなど定期的な消毒を行います。
- ・マスク着用でご来館ください。



(株)水口スポーツセンター Well・Be

TEL 0748-63-1200

〒528-0051 滋賀県甲賀市水口町北内貴77

FAX 0748-63-1288