

まずは、1ヶ月4回参加から運動を始めませんか？

水口スポーツセンター

“Well・Be.”

- 運動習慣を身に付けたいが続けられるか分からない
- 階段の上り下りや移動中に息切れや体力の低下を感じる
- 一日のデスクワークの時間が長い
- 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！！

10月1ヶ月短期教室

体力低下を実感し

水中ウォーキングに励んでいます！

運動不足を感じ入会しました。怪我をして休んでいる期間もありましたが、体力筋力の低下を実感し水中ウォーキングに励んでいます。今では、1週間休むと体が要求するほど元気に参加することができています。健康維持はもちろん体力をつけてできるだけ長く続けていこうと思います。



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

運動を無理なく

続けることができ、体力の維持を実感。

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、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

コロナに負けるな！応援価格！

通常価格 ~~¥3,718~~ (税込)



通常価格 ¥3,300 (税込)

水中ウォーキング教室 10月1ヶ月短期教室のご案内

【期 間】 令和2年 10月1日（木）～28日（水）

【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

【プログラム内容】

水中ウォーキング教室では、音楽に合わせて全身の筋肉や関節を18種類のウォーキングやジョギングであらゆる方向に動かし、無理なく安全に運動することができます。

【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。

10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。

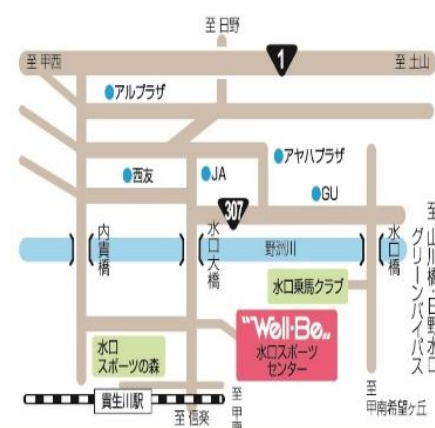
ご不明な点等がございましたら福池・平田・米田までお気軽にご連絡下さい。

【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