

健康な身体づくりをしよう！

MIZUNOアクア体験会



ご予約はお電話または
窓口となります



受講生募集中

講師紹介

- 場 所 ■ 府中市生涯学習センター 温水プール
- 日 時 ■ 第4金曜日【7/26・8/23・9/27】
10:30~11:15 (45分)
- 受講料 ■ 各 1,100円 (税込)
- 対 象 ■ 高校生以上
- 定 員 ■ 22名(先着順)



村上 理香

・介護予防運動指導員

**陸での運動が辛い方からシェイプアップしたい方まで！
是非、効果を実感してみてください！**

- 参加者本人が、現在医師から運動を禁止されている場合は参加をご遠慮下さい。
- レッスン参加中はご本人で健康に留意下さい。
- レッスン中に発生する事故、怪我については、参加者様の責任になります。
但し、当施設の故意、過失がある場合についてはこの限りではありません。
- 盗難、紛失に関しては一切責任を負いかねます。



府中市生涯学習センター

TEL : 042-336-5701

〒183-0001
東京都府中市浅間町1-7

●営業時間 9:00~22:00

●休館日 毎月第一月曜日
※祝日の場合、翌日
年末年始(12月29日~1月3日)
その他臨時休館日