

第12回

高座わくわく健康祭

平成29年 ～わくわくの“わ”をひろげよう～

11月5日(日)

10:00～17:30 ※雨天決行

★ どなたでも参加OK / ☆ 参加対象あり



1000FUNプレゼント



初心者から水泳愛好家まで
「軸運動を理解して、若返り！」

☆水面を滑る《クロール》講座

講義： 12:00～13:00 (2Fスタジオ)

実技： 13:30～15:00 (25mプール)

講師： 中野直子先生・原嶋寿子先生

受講希望の方は要申込み。10月20日(金)から

定員 30名 / 受講料 ￥3000

フルイベント

- ★ ウェルカムFUNプレゼント
- ★ 健康大宣言
- ★ 健康川柳投稿
- ★ 休憩時間お楽しみイベント
- ★ 水手っぽう教室
- ★ みんなでアクア
- ★ ビンゴ大会



野 外 ス ペ ー ス

- ★ エコマーケット「FUN」を使おう!
- ★ ゲームコーナー
- ★ 飲食コーナー(現金のみ)

※雨天時は開催場所変更



「FUN」を集めよう!

水 上 ゲ ー ム 大 会

グランドチャンピオンシップ予選 秋の部

☆ 幼児さんから小学生のお子様対象

3つの水上ゲームにチャレンジして
目指せ好記録!!!

上位8名の方は、3月に開催する決勝大会へ!

12:30～13:20 (参加無料)

景品・「FUN」をプレゼント



2 階 イ ベ ン ト

- ☆ ピラティス無料レッスン
- ☆ 骨盤エクササイズ無料レッスン
↑対象：成人の方
- ★ 簡単ダンス無料レッスン

★ 無料ワークショップ

- ・お手玉作り
- ・エンジェルストラップ
- ・おりがみ教室



イベント当日は、仮想通貨「FUN」を集めて、使って楽しもう♪

当日は、何度でも1回の入場料で出入りOK! (一時退場時は、ロッカーを開けてください)