

世界一の究極水中ギア

ハイドロトーンレッズン

★ハイドロトーンとは…

水中運動効果を確実に引き出すために開発された抵抗器具
痛みの改善からトレーニング・体カづくり

★このような方にお勧め

腰痛や膝痛、姿勢を改善したい
効率的な有酸素運動で体カづくりをしたい



レッスン時間

火曜日 12:30~13:20(50分)

受講料

2パターンに改定

・1回 ¥2,500 (プール入場料込の1DAY料金)
・お得な回数券販売 5枚で¥10,000
(2023年8月1日~販売開始 ※有効期限あり)

定員等

8名 (1か月ごとの事前予約制)

詳細は下記参照



担当講師/ケイコ コーチ

【 申込方法 - 注意事項 】 ☎ 046-238-8780

- 毎月、月初営業日から翌月分のご予約を受付いたします。
- ご予約時に「1DAYまたは回数券利用」をお伝えください。
(ご予約・空き状況のご確認は、プール受付またはお電話にてお問合せください。)
- 1DAY受講時は、ご予約後、受講日当日に受付窓口にてお支払いください。
- 回数券の販売は、2023年8月1日より随時販売しております。
ご予約後、受講日当日に受付窓口へ回数券1枚をお渡しください。
- ご予約のキャンセルは、受講日の3日前までにご連絡ください。
- 夏休み期間の開催は混雑が予想される為、開催いたしません。