

朝 SUP教室

今年の夏は、とにかく

楽しく覚えちゃう!

SUP ヨガ

リラクゼーション・
体感トレーニング



友達と

親子で

一人で

体験

フィットネス&
ダイエット効果



朝SUPヨガの後も、そのままプールで遊べます!

朝SUPヨガ

新感覚
エクササイズ
水上ヨガ

■ 幼児プール

■ 8:45 ~ 9:15

7/30(日)

8/6(日)・8(火)・13(日)

20(日)・22(火)

大人 どちらも
子供 お1人様 **2,500円**
プール入場料込

プールで遊んだ後に、SUP体験はいかがですか!

SUP体験

大注目の
ウォータースポーツ

■ 流水プール

■ 17:00 ~ 17:30

7/23(日)・25(火)・30(日)

8/1(火)・6(日)・8(火)・13(日)

15(火)・22(火)

大人 お1人様 **2,000円**
子供 お1人様 **1,500円**
プール入場料込
(小学3年生~中学生まで)



講師：山崎インストラクター

定員：各日5名(事前予約制)

お問合せ：多目的体育館 ☎0987-22-5050

日南市体育施設の
はじめました!!



イベント情報や施設情報を
いち早くお届けします!

友達大募集

