



体育の日★アクアフェスティバル

10月10日（月・祝）

参加費無料

各プログラムの参加費は無料です。ただし、気分爽快アクアピクス及びアクアヨガはプール入場料（大人600円）が必要となります。

水辺の安全教室

時間：午前10時30分～午後0時30分（120分）
対象：小学生以上（小学3年生以下は保護者同伴）
定員：30人
内容：着衣水泳を体験し、身の安全を守る方法などを習得します。



気分爽快アクアピクス

時間：午後2時30分～午後3時15分（45分）
対象：18歳以上
定員：30人
内容：音楽に合わせて水の浮力・抵抗を利用し身体を引き締めるプログラムです。



アクアヨガ



時間：午後3時45分～午後4時15分（30分）
対象：18歳以上
定員：30人
内容：呼吸法や様々なポーズにより、心身のバランスを整える水中プログラムです。

親子フラダンス（多目的室）

時間：午前10時30分～午後0時（90分）
対象：5歳以上とその保護者
定員：30人
内容：子どもと一緒にハワイアン音楽に合わせて身体を動かします。裸足で踊る解放感と曲を表現する楽しさを体験するプログラムです。

オリオリハワイアンフラダンススタジオ
によるハワイアンフラダンスショーもあるよ♪
（第1部）午後2時～2時20分
（第2部）午後3時20分～3時40分

ぜひ、見に来てね♪



一般遊泳は、午前10時から午後4時45分までご利用いただけます！
ご家族、お友達とお誘いあわせの上、お越しください

9月6日（火）より、同センターにて先着順で受け付けいたします。（電話申込み可）

・ひとり（一組）につき一種目の申込みしかできません。また、ご家族以外の複数申込みは受け付けできませんのでご了承ください。

お問合せ・お申込みは → 猪名川町B&G海洋センター 072-767-4100



HPへGO!
「ASPF」検索!!

