

ようか温水プール竣工 30 周年記念イベント

おかげさまで竣工 30 周年を迎えることができました。

2014 年に管理がシンコースポーツ株式会社 (2019 年 4 月～シンコースポーツ兵庫株式会社) となり 7 年半となります。

歴代責任者によるプログラムをご用意しました!

9/5(日) 全てのプログラムとも事前予約制とさせていただきます

9:30~10:15 ボディケア (スタジオ)	担当:岩下 洋一 定員:12 名 背骨と骨盤が滑らかに動くように筋肉を意識して動かすプログラムです 日常生活を楽にするような身体づくりを行います。
9:30~10:00 水中ウォーキング	担当:古谷 真一 定員:6 名 陸上ではなかなかできない動きを中心に行います。
10:00~12:00 ワンポイントスイム	担当:田中 祥平 定員:6 名ずつ 10:00~10:30 クロール / 10:30~11:00 背泳ぎ 11:00~11:30 平泳ぎ / 11:30~12:00 バタフライ それぞれ泳法のポイントを絞って練習を行います。
13:00~13:30 水中ウォーキング	担当:古谷 真一 定員:6 名 陸上ではなかなかできない動きを中心に行います。
13:30~15:00 パーソナルスイム (有料)	担当:岩下 洋一 定員:3 名ずつ おひとり¥1000 13:30~14:00 / 14:00~14:30 / 14:30~15:00 きれいに泳ぎたい!楽に泳ぎたい!早く泳ぎたい! それぞれの目的に応じて練習を行います。

