

令和8年度

水中ウォーキング

運動が苦手でも大丈夫！
ダイエット効果抜群！
健康維持や体力向上に！
リラックス効果も！



Let's 水中歩行！ 参加者募集

《対象》

18歳以上

《場所》

県立総合プール
サブプール
(25Mプール)

《参加料》

定期あり	500円
定期なし	1,100円

《定員》

各回20名

《時間》

14:00～
14:45

5月から10月まで
月1回程度開催します。
(火曜日または金曜日)
※毎月、前月の下旬に
開催日をHPに掲載します。

秋田県立総合プールのHP、または右下のQRコードからお申込みいただけます。開催要項をご確認いただき、申し込みフォームよりお申込みください。



〒010-1623 秋田市新屋町字砂奴寄4-6
向浜スポーツゾーン総合事務所

秋田県立総合プール

☎018-895-5056

