

**対 象 成人**

**定 員 毎月30名（応募者多数時抽選）**

**実施曜日** ①水中運動教室 水曜日  
②シェイプアップ教室 木曜日

**場所** ①クアハウス内プール  
②エクササイズフロア 1F

**時間** 14:00～15:00 （13:30～入場できます）

**参加費** 3,000円（全4回分）  
※クアハウス入場料が含まれます。

**募集期間** 下記月別日程表をご覧ください。

**申込方法** いわき市健康・福祉プラザ「いわきゆったい館」

TEL 43-0801

電話又は「いわきゆったい館」フロントに直接お越し下さい。