



生活筋力向上トレーニング

どなたでも
安心スタート

誰でもできる
簡単運動

日常がラクになる
カラダづくり

2026.1/5.12.19.26 月 10:00～11:00

対象 どなたでも参加OK

定員 先着20名

会場 会議室

特記 動きやすい服装、水分補給できるもの

参加費 月謝制 月4回 2,600円 (税込)

※1回毎にお支払いするビジター料金あり(750円/回)

※満員になった時点で受付を終了します

参加方法は二つ！自身の都合にあわせてお選びください

月謝制 ※月4回をまとめてお支払い、申込月は必ず参加できます

シシンヨーアクアパーク受付にお越しいただき、必要事項をご記入いただいた申請書をご提出ください。(電話受付不可)

ビジター ※全4回出られない人にオススメ！参加当日にお支払い

参加希望日の前日20:00までに

受付に直接、またはお電話にてお申込みください

※当日は空きがあれば参加可

※月謝制優先/満員の場合はビジター受付をおこないません



問い合わせ先 シシンヨーアクアパーク

737-0818 広島県呉市二河町2番2号 ☎ 0823-32-2227



ホームページ インスタグラム