

# NISSAN WATER PARK

10月29日(金)  
無料



5週目を利用して  
毎月イベントを開催  
します！

身体を動かして楽  
しいスポーツを！

## 秋季フールイベント！

日時：令和3年10月29日(金)

場所：日産ウォーターパーク アクアゾーン アクアプール

### ①平泳ぎ上達講座

時間：10:00～10:50 定員15名

対象：平泳ぎ経験のある方

内容：特別講師による普段の練習とは異なるアプローチで練習を行います。



### ②クロール・背泳ぎ上達講座

時間：12:30～13:20 定員15名

対象：18m程度泳げる方

内容：特別講師による普段の練習とは異なるアプローチで練習を行います。

### ③幼児水泳教室

時間：15:30～16:00 定員20名

対象：4歳～6歳の未就学児

内容：水慣れからバタ足までの練習を遊びを交えて行います。



### ④小学生水泳教室

時間：16:05～16:50 定員20名

対象：小学生

内容：初級(クロール背泳ぎ)・中級(平泳ぎバタフライ)に分かれ、ワンポイントレッスンを実施します。

### ⑤競泳練習会

時間：17:30～19:20 定員30名

対象：小学4年生～大学生まで

内容：早く泳ぐためのテクニックを中心に練習します。

※イベント参加料は無料です。入場料は別途お支払いください。

-申込方法-

日産ウォーターパーク受付にてお申込みください。

TEL:045-477-5040

受付締切:令和3年10月28日(木)

皆様のご参加お待ちしております！

# NISSAN WATER PARK

10月29日(金)  
無料



イベント限定  
特別教室開催!

身体を動かして楽  
しいスポーツを!

## 秋の特別クラス開催!

日時：令和3年10月29日(金)

場所：日産ウォーターパークアクアゾーン アクアプール

### ①アクアファイティング

時間：11:00～11:50 定員20名

対象：20歳以上の健康な方

目標：水中で体を支えられることを利用し、少し強めの運動をすることで強い体幹・下半身強化・シェイプアップを目指します。

内容：格闘技の動きによりアクロバティックな動きを取り入れたレッスンです。



### ②メディカルアクア

時間：13:30～14:20 定員20名

対象：20歳以上の健康な方

目標：食事法とプール内での運動を指導し、病気になりにくい健康な体を目指すための教室です。

内容：プール内で音楽に合わせたストレッチ、ウォーキング及び器具を使用した水中運動を実施します。



※イベント参加料は無料です。入場料は別途お支払いください。

#### -申込方法-

日産ウォーターパーク受付にてお申込みください。

TEL:045-477-5040

受付締切：令和3年10月28日(木)

皆様のご参加お待ちしております!