

# MIZUNOアクトア 8月・9月 夏期限定プログラム

## 1. 「MIZUNO機能改善水中ウォーキング」

※道具の数に限りがあるため、定員12名

〈8月〉

4日・25日(金) 12:10~12:40

28日(月) 11:25~11:55

〈9月〉

8日(金) 12:10~12:40

11日(月) 11:25~11:55

22日(金) 12:10~12:40

\* 8/28・9/11(月)は、水泳指導がお休みになります。

## 2. 「MIZUNOアクトアラン」

〈8月〉

2日・30日(水) 19:30~20:00

〈9月〉

6日・20日(水) 19:30~20:00

MIZUNOアクトアリーダー 鹿島IRの特別レッスン!!  
皆様のご参加お待ちしております。



鹿島 美貴IR