

アクアエクササイズ アイチ体験会 Ai·Chi

アイチの語源

Ai (愛=Love) Chi (気=energy)

開催日時 3/1 (火) 10時~WEB・フロント・電話予約開始!!!

3月29日(火) 第1回 12:00-12:30

第2回 15:30-16:00

対象 会員・一般 中学生以上の方

参加費 (各回) 定員 20名

会員 800円 (税込) 一般 1,000円 (税込)

入会特典 4/28 までにご入会頂くと、初月月会費
入会事務手数料無料!

■当日ご用意いただくもの 水着 帽子 バスタオル (用意の指定はありません)

■ご予約から1週間以内にYOUTHフロントにて参加費のお支払いをお願い致します。
(ご都合のつかない場合は、お電話にてご連絡下さい。)

■キャンセルは前日までは半額返金、当日は返金できませんのでご了承下さい。

営業時間

火~土曜日: 10:00~22:00 日・祝日: 10:00~19:00

月曜休館 (スイムスクールのみ: 15:15~19:00)

アイチとは、深い呼吸で水のエネルギーを感じ取りながらおこなうリラクゼーションプログラムです。呼吸に合わせて無理のない動きで、関節の可動域拡大や痛みの軽減、体幹や足腰の筋力強化が得られます! 太極拳や気功と同等の東洋的魅力あふれる日本発祥のアイチエクササイズで心身ともにリラックスしてみませんか!

担当インストラクター

杉崎 彩帆 先生

(ADI & ATRI 認定アイチ
インストラクター)
(YOUTHスタッフ)



☎042-728-1931

スポーツ アット ホーム

YOUTH 町田

