

愛知県在住者限定

認定者限定

マーチ&ストレッチ アップデートセミナー

## メインエクササイズ II ①②

既にマーチ&ストレッチ養成コースを修了されている方を対象にしたアップデート講座です。

マーチ&ストレッチは、プレコリオプログラムです。  
大変長らくお待たせいたしました。  
メインエクササイズ2パターンのアップデートをお届けいたします。  
今回の内容も、初心者の方にも伝えやすくシンプルです。  
動きの内容を覚えるだけでなく、全体の流れを掴んでいただくように  
セミナーを行ってまいります。  
皆様のご参加をお待ちしております。

日程 7月 4日(日) 対面講座 15:30~20:00 (スタジオ/プール)

参加費：16,500円(会員13,200円) 税込

講師 石塚由美

対面実施会場：上社スイミングスクール

■定員 7名(定員になり次第受付を終了致します)

■持ち物 筆記用具, 運動のできる服装, 水着, スイミングキャップ

■申込み先 <http://ws.formzu.net/fgen/s69538601>

※申込み確認後、担当久保田より連絡致します

■主催 有限会社アクアブルーオヴティ



(養成申込みQRコード)



### 新型コロナウイルス感染拡大防止のために

アクアブルーオヴティは、受講者とスタッフの健康と安全の確保を第一に会場施設と連携をとりながら、より安心な環境で可能な限りのオンライン講座と対面講座の実施が出来るように取り組んでまいります。消毒・飛沫防止・検温など適切な対策を実施した上での開催を予定しています。また状況を鑑みて開催を中止または日程変更する場合がありますので、ご了承下さい。

お問い合わせは [aqua\\_blue\\_of\\_k@yahoo.co.jp](mailto:aqua_blue_of_k@yahoo.co.jp) 久保田宛にご連絡下さい。  
一週間以内に返信が無い場合は再度、上記メールアドレスにお問い合わせください。