



# A D I 認定 第3期 水中ウォーキング養成コース

定員15名

アクアの指導はここから！

初心者の方、肩こり・腰痛・膝痛の予防改善、体力向上など  
様々な目的にあった効果的な歩き方、指導テクニックを学ぶ

2025年4月12日(土)・13日(日) 2日間  
10:00～18:00

📍 会場: 田園都市カルチャー  
& 健康スポーツセンター

🌊 受講費: 一般 38,500円(税込)  
認定者 30,800円(税込)

## 🌊 お申し込み方法

右記のQRコードより  
お申込みください。



☎️ お電話からのお申込みもできます!

詳細はHPをご覧ください。

🔍 <https://www.aqua-adi.co.jp/> ×