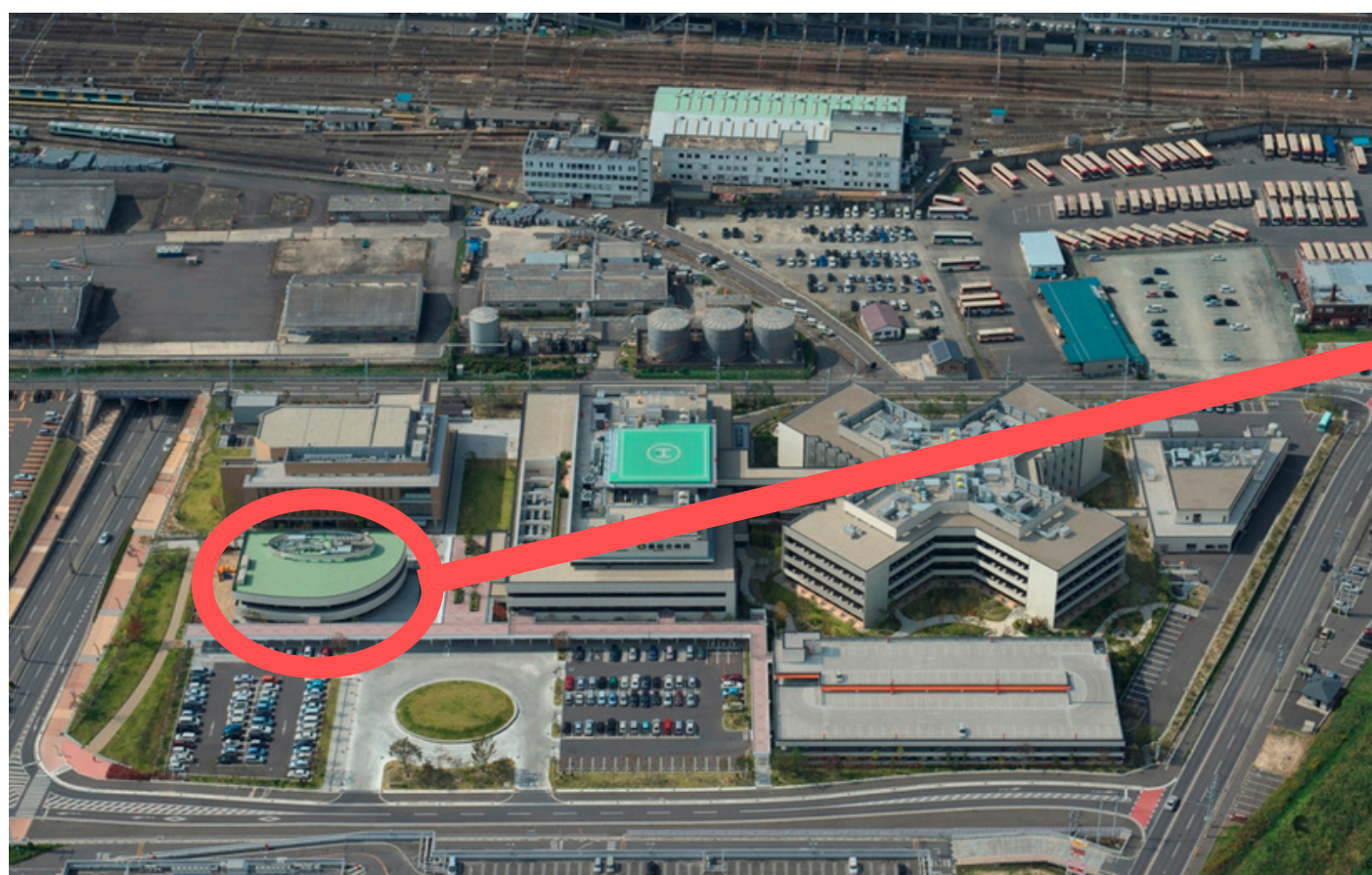


星総合病院 かがやき健康館

個人レッスン

水中パーソナルトレーニング

臨時で休講する場合もございますのでお問い合わせください。



会場：星総合病院 隣の建物
【かがやき健康館】

ご利用までの流れ

詳しくはこちら

プログラムの特徴・効果

- プール内で行う個別のプログラムです。
- 水中ウォーキング教室より、
運動の強さを下げたプログラムです。
- プールがはじめての方、
集団での参加に不安な方は、
こちらからご参加ください。
- 両側に手すりがついている階段、
プール内側には全周囲に
ハンドレールが完備されており、
泳ぐことに自信がない方でも
安全に運動できます。



対象



プールが
はじめての方に
おすすめです

- ご自身で歩くことが可能な方
(杖の使用も含む)
- ゆったりと運動を行いたい方

料金

1回 **30分 3,000円** (税込3,300円)

45分 4,000円 (税込4,400円)

お問合せ先

お申込みはお電話で



024-983-5532

(9:00~16:00)

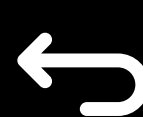
定休日:日曜・祝日・年末年始

星総合病院かがやき健康館

かがやき健康館 🔍



星総合病院
隣の建物



ご利用までの流れ

ご利用には、ご予約が必要です。

STEP1



お電話または、
かがやき健康館受付でのお申込み

かがやき健康館

024-983-5532

STEP2



メディカルスタッフによる 体の状態のチェック

かがやき健康館 で下記の内容を行います。

- メディカルスタッフによる体の状態のチェック
- 施設利用の説明
- 書類関係
- レッスン予約

STEP3

ご利用開始

ご予約をいただいた後より、
ご利用開始となります。

