

# AQAMAX

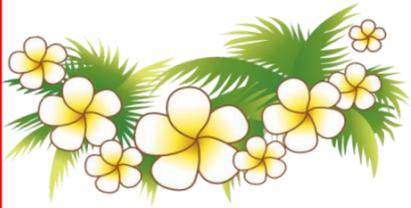
**AQA-MAX**<sup>®</sup>  
innermuscle training  
It sends to all athlete.

有料

## スペシャルワークアウト

(内容) アクアマックスの手首・足首のバンドを装着してさらに足ヒレを使用したプログラムです。体幹と手足の筋肉の連動を鍛える目的で、水泳のドリル練習をします。

(日程) 4月 29日(火) 19:00~19:50  
5月 3日(土) 19:00~19:50  
5月 4日(日) 13:00~13:50  
5月 6日(火) 19:00~19:50



(料金) チケット1枚 2,200円(税込) / 1回

※4月22日(火) 申込受付開始

料金支払いは開催日当日券売機でチケット購入。

(定員) 10名

※1名でも開催します。

(担当) 遠藤 典昭

会員外の方も参加できます。

料金+パーソナル入場料1,100円(税込) / 1回 (レッスン後、ロッカー、お風呂利用可)

※入場はレッスン開始30分前、退場はレッスン終了後1時間以内。



### # ご質問はAQAMAX遠藤まで

期間中は水中カメラで撮影してフィンワークやボディバランスのチェックをしていきます。

ドウ・スポーツプラザ豊洲

TEL03 - 6303 - 6700