

# Beach

in 扇ヶ浜

# Fitness

青空の下で海を眺めながら心地よく運動をしませんか!?

エアロビックダンス(有酸素運動)で楽しく運動をして元気な健康的な身体を手にいれましょう!

1回 30分 500円(定員 10人)

事前申込不要

参加方法:当日、扇ヶ浜海水浴場 海の家 KUcafe の前で 6:50 から受付を行います。

(下に掲載の写真のコンテナ前)

定員に達した場合は、受付を終了する場合があります。

運動ができる服装・靴での参加をお願いします。

熱中症対策として、

日陰での運動の実施、ドリンクのサービスを行っています。

(天候により中止になる場合があります。)

## 開催日時

8月8日 Am 7:00~Am 7:30

8月12日 Am 7:00~Am 7:30

8月13日 Am 7:00~Am 7:30

8月19日 Am 7:00~Am 7:30

主催:田辺扇ヶ浜海水浴場 海の家 KUcafe

講師:関西大学学生(健康運動実践指導者の資格あり)

問い合わせ先:Facebook KUcafe 扇ヶ浜ビーチにメッセージ、

ビーチフィットネス代表 瀧川(関西大学) 08044821133