

2025/4/3(木)スタート!!

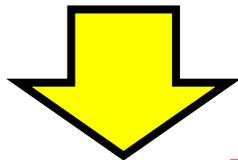
バイポリン

プラス 水中ウォーキング

対象：体の痛みをお持ちの方（腰痛・膝・関節痛・肩こりなどでお困りの方）



期待できる効果



関節の動き、可動域の改善

バランス性の向上

筋力の向上

俊敏性の向上



少しの時間を使って始めませんか？

料金：3ヶ月コースで！！

¥9,900円(税込)

時間：毎週木曜11:00~11:45

定員になり次第、締め切りとさせていただきます。

どんなことをするのか気になる方へ

1日無料体験受付中!!

レッスン前日までの
ご予約に限らせて頂きます。

バイポリンとは？

水中バイク×トランポリン+水中ウォーキングの
3つの動作を交互に行うプログラムです！

水中でバイクを漕いだり、トランポリンをして
身体機能向上を目的としています！！



JSSスイミングスクール **りもね**

〒570-0011 大阪府守口市金田町3丁目60番17号

☆ お問い合わせ・お申し込みは ☆



こちらまで→ TEL:06-6916-7744



※会員様専用駐車場完備