



「プール体験イベント」開催のお知らせ

暑い夏にプールで運動してみませんか？

水の浮力・抵抗により陸上運動よりも関節の負担が少なく、心肺機能や筋力の維持、リラックス効果などがあり安全に運動できます。

また、**ニッセイ・アーク西大和インストラクター**によるアクアウォークレッスンを体験していただきます！是非とも、ご参加ください。

2025年8月4日(月)

日時 11:00～12:00 (10:45受付開始)

※11時までに着替えを済ませてご集合ください。



会場

ウェルネスクラブ ニッセイ・アーク西大和

〒636-0071 北葛城郡河合町高塚台1-8-1 奈良ニッセイエデンの園内
電話(ニッセイ・アーク西大和)：0745-33-2501

参加費

無料

持ち物

水着・スイムキャップ・タオル・飲み物 ※泳がれる方はゴーグル

定員

20名 ※**先着順**でのご案内となります。**参加者決定次第、個別ご連絡**致します。

参加条件

河合町在住の方(18歳以上)

※運動が制限されている方や介護認定を受けている方はご遠慮いただいております。

申込期間

2025年6月24日(火)～(定員になり次第、申込受付終了)

ホームページからの
申込はこちら



申込方法

申込はこちらからご入力ください ⇒ ⇒ ⇒

※申込状況をホームページよりご確認ください。
※その他、「電話」、「FAX」でもお申込みいただけます。
「FAX」の場合は以下、記入の上送付ください。

●電話申込先：0745-33-2501 ●FAX送信先：0745-72-8345

※電話申し込みの場合は、営業時間内に限ります。

営業時間 平日10:00～21:00 土10:00～19:00 日10:00～18:00 祝10:00～18:00 / 休館日 毎週月曜日及び季節休業

[主催] 公益財団法人ニッセイ聖隷健康福祉財団

[後援] 河合町

当取組みは公益財団法人ニッセイ聖隷健康福祉財団の社会貢献活動として、実施されます。