

平成30年 **9月** 太宰府市立太宰府史跡水辺公園 当日申込教室スケジュール表

月	火	水	木	金	土 1	日 2
 ☆施設からのお知らせ☆ 						ヘルス&リフレッシュ 11:00～12:00
<p>・事前申込教室 9/11(火)～12/15(土)の間に行われます。 当日申込教室も実施してますのでご参加お待ちしております。</p>						
3	4	5	6	7	8	9
休館日 	健康ストレッチ 9:30～10:00	スイマーズストレッチ 9:30～10:00		脂肪燃焼アクア 10:30～11:15	ゆがみセルフケア ～足指調整～	
	姿勢改善 10:15～11:00	水中ウォーキング 13:30～14:00		ヘルス&リフレッシュ 11:30～12:30	ヘルス&リフレッシュ 11:00～12:00	
	気分爽快アクア 10:30～11:15			水中ウォーキング 13:30～14:00		
	関節痛改善 19:30～20:30					
10	11	12	13	14	15	16
休館日 	健康ストレッチ 9:30～10:00	スイマーズストレッチ 9:30～10:00		脂肪燃焼アクア 10:30～11:15		ヘルス&リフレッシュ 11:00～12:00
	姿勢改善 10:15～11:00	水中ウォーキング 13:30～14:00		ヘルス&リフレッシュ 11:30～12:30		
	気分爽快アクア 10:30～11:15			水中ウォーキング 13:30～14:00		
	関節痛改善 19:30～20:30					
17	18	19	20	21	22	23
	休館日 	スイマーズストレッチ 9:30～10:00		脂肪燃焼アクア 10:30～11:15	ゆがみセルフケア ～足指調整～	
		水中ウォーキング 13:30～14:00		ヘルス&リフレッシュ 11:30～12:30	水中ウォーキング 13:30～14:00	
						
24	25	26	27	28	29	30
	休館日 	スイマーズストレッチ 9:30～10:00		脂肪燃焼アクア 10:30～11:15		ヘルス&リフレッシュ 11:00～12:00
		水中ウォーキング 13:30～14:00		ヘルス&リフレッシュ 11:30～12:30		
				水中ウォーキング 13:30～14:00		

※指導員の都合上、教室が休講になる場合がありますので、予めご了承ください。

プール教室
 教室開始30分前受付開始
【水中ウォーキングのみ15分前受付】

フロア教室
 教室開始15分前受付開始

※プール利用時のお知らせ※

- ・各教室定員になり次第、教室への参加をお断りさせていただきます。(先着順)
- ・当施設は、ウォーキング2コース・完泳2コース・練習2コース・自由スペース2コースございます。教室開催時間中、利用コースの変更がありますので、予めご了承ください。
- ・利用状況に応じて、コース変更をいたしますので、予めご了承ください。