

平成30年 **10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

日	月	火	水	木	金	土	
	1	2	3	4	5	6	
	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		
		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					
7	8	9	10	11	12	13	
		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	休館日 	
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
14	15	16	17	18	19	20	
	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					
21	22	23	24	25	26	27	
	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~ 9:30~10:15	
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					
28	29	30	31	<div style="text-align: center;">  <p>☆施設から休館日のお知らせ☆</p> <p>10/13(土) 政庁まつりの為</p> <p>10/29(月)-11/3(土) 屋内プール清掃の為</p> <p>※11/5(月)は営業致します。</p>  </div>			
ヘルス&リフレッシュ 11:00~12:00	休館日 	休館日 	休館日 				

※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。