










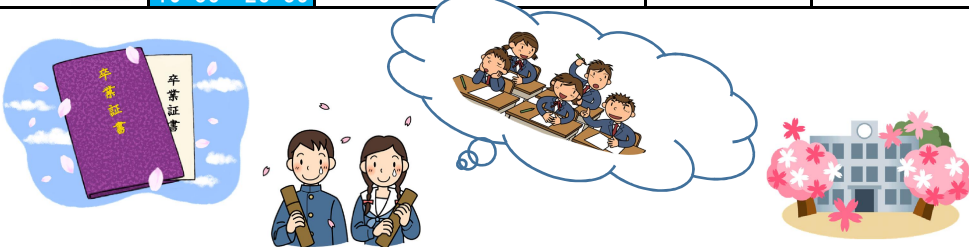


平成31年 **3月** 太宰府市立太宰府史跡水辺公園 当日申込教室スケジュール表

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					脂肪燃焼アクア 10:30～11:15 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	
3	4	5	6	7	8	9
ヘルス&リフレッシュ 11:00～12:00	休館日 	健康ストレッチ 9:30～10:00 姿勢改善 10:15～11:00 気分爽快アクア 10:30～11:15 関節痛改善 19:30～20:30	スイマーズストレッチ 9:30～10:00 水中ウォーキング 13:30～14:00		脂肪燃焼アクア 10:30～11:15 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	ゆがみセルフケア ～足指調整～ 9:30～10:15
10	11	12	13	14	15	16
ヘルス&リフレッシュ 11:00～12:00	休館日 	健康ストレッチ 9:30～10:00 姿勢改善 10:15～11:00 気分爽快アクア 10:30～11:15 関節痛改善 19:30～20:30	スイマーズストレッチ 9:30～10:00 水中ウォーキング 13:30～14:00		脂肪燃焼アクア 10:30～11:15 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	
17	18	19	20	21	22	23
ヘルス&リフレッシュ 11:00～12:00	休館日 	健康ストレッチ 9:30～10:00 姿勢改善 10:15～11:00 気分爽快アクア 10:30～11:15 関節痛改善 19:30～20:30	スイマーズストレッチ 9:30～10:00 水中ウォーキング 13:30～14:00		脂肪燃焼アクア 10:30～11:15 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	ゆがみセルフケア ～足指調整～ 9:30～10:15
24	25	26	27	28	29	30
ヘルス&リフレッシュ 11:00～12:00	休館日 	健康ストレッチ 9:30～10:00 姿勢改善 10:15～11:00 気分爽快アクア 10:30～11:15 関節痛改善 19:30～20:30	スイマーズストレッチ 9:30～10:00 水中ウォーキング 13:30～14:00		脂肪燃焼アクア 10:30～11:15 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	
31						

※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。