

健康プログラム 2022年 6月

☆ 印: 有料プログラム (受講料100円)

◎ 都合により、担当・内容・時間等が変更または中止する場合がございます。

日	月	火	水	木	金	土
<p>修繕工事に伴う臨時休館のお知らせ</p> <p>6月28日(火)～7月12日(火)</p> <p>施設内修繕工事のため、臨時休館とさせていただきます。 ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いいたします。</p>			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
	水中運動<横山> 14:30～15:00				水中運動<熊谷> 10:30～11:00	水中リラクゼーション <久田> 14:00～14:20
12	13	14	15	16	17	18
	水中運動<久田> 10:30～11:00	休館日			水中運動<熊谷> 10:30～11:00	
			水中運動<横山> 14:30～15:00			水中運動<久田> 14:30～15:00
19	20	21	22	23	24	25
☆こども水泳 アドバイス<熊谷> 10:30～11:30		☆アクアポール エクササイズ<横山> 10:30～11:15				
					水中運動<久田> 14:30～15:00	
26	27	28	29	30	<p>上田市鹿教湯健康センター クアハウスかけゆ 電話 0268-44-2131 営業時間 10:00～20:00 (最終受付19:00)</p>	
	水中運動<熊谷> 10:30～11:00	臨時休館 6/28(火)～7/12(火)				