

健康プログラム 2023年 4月

●印: 団体利用時間帯

◎ 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>【 営業時間が変わります 】 4/1から 営業時間 午前10時～<u>午後6時</u> (最終受付<u>午後5時</u>)</p>						
2	3	4	5	6	7 水中運動<横山> 10:30~11:00	8
9	10	11 休館日	12	13	14 水中運動<横山> 10:30~11:00	15
16 ☆こども水泳 アドバイス<熊谷> 10:30~11:30	17	18 ☆アクアポール エクササイズ<横山> 10:30~11:15	19 ●14:00~15:30 丸子高齢者クラブ	20	21 ●14:00~15:30 丸子高齢者クラブ	22
23	24	25 休館日	26	27	28	29
30	☆ 印: 有料プログラム (受講料100円) 「アクアポールエクササイズ」「こども水泳アドバイス」につきましては、予約が必要です。 詳細はお問い合わせください。					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 10:00~18:00 (最終受付17:00)