

健康プログラム 2023年 9月

◎ 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>☆ 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」は 予約が必要です。詳細はお問い合わせください。</p>					1	2	
					3	4	5
10	11 水中運動<横山> 10:30~11:00	休館日		13	14	15 ●14:00~15:30	16
17 ☆こども水泳 アドバイス<熊谷> 10:30~11:30	18			19 ☆アクアポール エクササイズ<横山> 10:30~11:15	20 ●14:00~15:30	21	22 水中運動<横山> 10:30~11:00
24	25	休館日		27	28	29 水中運動<横山> 10:30~11:00	30