

健康プログラム 2024年 4月

●印:団体利用時間帯

☆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
	1	2	3 水中運動<横山> 10:30~11:00	4	5	6
	7	8 水中運動<横山> 10:30~11:00	9 休館日	10	11	12 水中運動<横山> 10:30~11:00
14	15	16 ☆アクアポール エクササイズ<横山> 10:30~11:15	17 ●14:00~15:30	18	19 ●14:00~15:30	20
21 ☆子ども水泳 アドバイス<熊谷> 10:30~11:30	22	23 休館日	24	25	26 水中運動<横山> 10:30~11:00	27
28	29	30				

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)