

ボディメンテナンス教室 予定日のご案内

プール天井工事によりプールレッスンが実施できないため、今年度中はボディメンテナンス教室を追加します。また、教室時間も変更となります。

予定日は以下のとおりです。

● 毎週火曜日 18：30 ～ 20：30（施設休館日及び祝日は除く）

● 定員 18 名 ●途中参加や途中抜けも可能です

	10月	11月	12月	1月	2月	3月
ボディメンテナンス①	6日	10日	1日	19日	2日	2日
ボディメンテナンス②	20日	17日	8日	26日	—	9日
ボディメンテナンス③	27日	—	15日	—	—	16日
ボディメンテナンス④	—	—	22日	—	—	30日

● 予約については、レッスン後（20時30分）から次回予約ができます。

また、翌日以降の予約については電話予約もできますが、定員に達しましたら締め切らせていただきます。

全身バランス教室 予定日のご案内

- 毎月 第2金曜日 13:30 ~ 14:30 (施設休館日及び祝日は除く)
- 定員 18名
- 途中参加や途中抜けも可能です

	10月	11月	12月	1月	2月	3月
全身バランス	9日	13日	11日	8日	—	12日

- 予約については、レッスン後(14時30分)から次回予約ができます。
また、翌日以降の予約については電話予約もできますが、定員に達しましたら締め切らせていただきます。