



# 10月 健康づくり交流プログラム

平成21年10月1日発行

月	火				水				木				金				土				日				
	ジム	スタジオ	プール		相談室	スタジオ	プール		ジム	スタジオ	プール		相談室	スタジオ	プール		ジム	スタジオ	プール		ジム	スタジオ	プール		
休館日			25m	運動			25m	運動			25m	運動			25m	運動			25m	運動			25m	運動	
10:00																									
10:30				リハビリ																					
11:00		リハビリ		竹下																					
11:30																									
12:00																									
12:30																									
13:00																									
13:30																									
14:00		サーキット		うりた わっきゃ 教室																					
14:30				竹下																					
15:00				水中 ウォーク																					
15:30																									
16:00																									
16:30																									
17:00																									
17:30																									
18:00																									
18:30																									
19:00																									
19:30																									
20:00																									
20:30																									
21:00																									

交流プログラム(無料)

有料スイミング教室

保健センター事業(詳しくは保健センターにお問い合わせください、電話:86-2124)