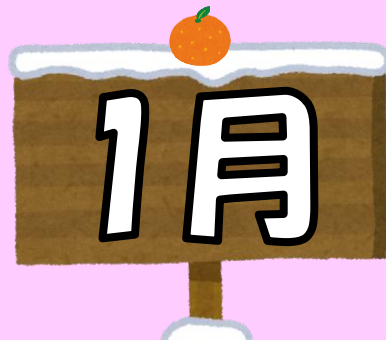




- プール・ジムの利用料のみで  
参加できる教室です



日まけまして   
 よめでとう  
 ございます



日	月	火	水	木	金	土
プール・・・泳法1ポイント 水中ウォーキング フロア・・・いきいきストレッチ かんたんエクササイズ			14:00～14:30 14:00～14:30 14:00～14:30 14:00～14:30	1 年始休館日	2 年始休館日	3 年始休館日
4 かんたん エクササイズ	5 泳法 1ポイント	6 水中 ウォーキング	7 いきいき ストレッチ	8 休館日	9	10
11 かんたん エクササイズ	12 水中 ウォーキング	13	14	15 休館日	16	17 かんたん エクササイズ
18 水中 ウォーキング	19	20	21	22 休館日	23	24 いきいき ストレッチ
25 水中 ウォーキング	26	27	28 かんたん エクササイズ	29 休館日	30	31 いきいき ストレッチ