



## 千代田運動公園 週間スケジュール（平成29年4月1日～4月30日）

	月	火	水	木	金	土	日
朝			ヨガ教室 11:00～12:00 場所：弓道場 1,000円	休 館 日		<div style="border: 2px solid orange; border-radius: 50%; padding: 10px; width: fit-content; margin: auto;"> <p style="text-align: center; margin: 0;"><b>月・水・金</b>                              14:00から10分間                              プール内で、水中ウォーキング                              ふみふみアディウの                              ショートプログラムを行います。                              参加費は無料です。                              ぜひご参加ください。</p> </div>	
昼	<b>ふ</b>		<b>ふ</b>		<b>ふ</b>		
夜		スイミング ワンポイントレッスン 4泳法 19:00～19:45 対象：一般（18歳以上）	スイミングジュニア教室Ⅲ 18:00～18:45 対象：年中～小学6年生		スイミングジュニア教室Ⅰ 18:00～18:45 対象：年中～小学6年生		<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content; margin: auto;"> <p style="text-align: center; margin: 0;"><b>金曜日</b> 17:00～21:00                              どんぐり北広島の                              専属トレーナーが来ます！                              トレーニング利用者限定                              あなたに合った                              トレーニングメニューを                              作成いたします！                              メニュー作成料：2,000円</p> </div>
			ヨガ教室 18:30～19:30 場所：体育館会議室 1,000円	スイミングジュニア教室Ⅱ 18:45～19:30 対象：年中～小学6年生			
		<div style="border: 2px solid red; border-radius: 20px; padding: 10px; width: fit-content; margin: auto;">  <p style="margin: 0;">                             ふみふみアディウ                              講師：中津 里佳先生                              ●皆様へ一言●                              一緒に楽しく                              やっていきたいと思います♪                              ご参加お待ちしております！                         </p> </div>	己抄呼～Misako～直伝 「ふみふみアディウ」 19:00～19:45 対象：一般（18歳以上）				

教室参加料 600円

※別途入場料がかかります。