



千代田運動公園 週間スケジュール（平成29年5月1日～5月31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		<b>月・水・金</b> <b>14:00から10分間</b> <b>プール内で、水中ウォーキング</b> <b>ふみふみアディウの</b> <b>ショートプログラムを行います。</b> <b>参加費は無料です。</b> <b>ぜひご参加ください。</b>	
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		<b>金曜日</b> 17:00～21:00 <b>どんぐり北広島の</b> <b>専属トレーナーが来ます！</b> <b>トレーニング利用者限定</b> <b>あなたに合った</b> <b>トレーニングメニューを</b> <b>作成いたします！</b> <b>メニュー作成料：2,000円</b>
			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			
		 <b>ふみふみアディウ</b> <b>講師：中津 里佳先生</b> <b>●皆様へ一言●</b> <b>一緒に楽しく</b> <b>やっていきたいと思っております！</b> <b>ご参加お待ちしております！</b>	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。