


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		月・水・金 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。	
昼	ふ		ふ		ふ		
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		金曜日 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
			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			
		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！	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。