

ちょいプール 6月



水、金：15：30～16：00

土：14：30～15：00

1日（水）ちょこっと水中ウォーク：清水

3日（金）水中エクササイズ：植田

4日（土）アクアサーキット：上田

8日（水）水中エクササイズ：植田

10日（金）水中ウォーキング：今古賀

15日（水）ちょこっと水中ウォーク：清水

17日（金）水中エクササイズ：植田

24日（金）水中ウォーキング：今古賀

29日（水）アクアサーキット：上田

【申込方法】各レッスン当日の1週間前より受付を行います

場 所：温水プール 1コース

参加費：一般 500円

ウエルネス会員 200円

※宗像市運動施設利用料金助成券

（宗像市健康福祉部国保医療課発行）1枚で参加できます。

定 員：10人（先着順）

※場合によっては、急きよ中止または変更になる可能性もございます。

問い合わせは宗像ユリックスアクアドームまで TEL：0940-37-1377