



F C G 健康教室 8月 予定表



	朝 10:30～12:00	夜 18:15～19:45
2 (水)	大規模大会開催の為、お休み	
9 (水)	卓球 (フェンシング室)	
16 (水)	ソフトバレー (補助競技場)	
23 (水)	卓球 (フェンシング室)	
30 (水)	ソフトバレー (補助競技場)	バドミントン (補助競技場)

★ 参加される皆さまへお知らせ ★

①8月の休館日について

8月14日(月)になります。

※21日(月)は通常通り、開館します。
お間違いのないようご注意ください。

②水中体操・ワンポイントレッスンのお休みについて

2日(水)から8月30日(水)まで、
水中体操・泳法指導がお休みとなります。
なお、9月6日(水)から再開予定です。



☆準備体操・ストレッチ・ダンスは、
2階体操室にて下記の時間に行っています。

【朝】10:00～11:00

【昼】13:00～14:00

ご不明な点などございましたら、
スポーツトレーナーまでお尋ね下さい。

