

2025年度

朝活！

思った日からいつでも  
はじめる

# フロアストレッチ



1人じゃなかなかできないけど、みんなと一緒に楽しくできる！  
身体をほぐし・肩こり腰痛予防などみなさんと楽しみながらはじめてみませんか？

期日	日時	4月1日～7月15日（祝日）
定員	10名	火曜 10:00～11:00
対象	18歳以上	
参加料	1回550円	
持参物	動きやすい服装・タオル・飲み物・靴袋	

レッスン開始30分前から2階事務所で受付（先着順）

ご不明な点がございましたらお気軽にスタッフにおたずねください。

福岡市立南市民プール

指定管理者 シンコスポーツ・西鉄マネージメントグループ

☎ 092-561-6011

