

朝活！ フロアストレッチ

2026年度
第1クール開講！

肩こりや腰痛
・体調不良改善！



ストレッチてからだところを
リフレッシュ！
日頃の疲れをストレッチて
ほくしていきましょう

期日定対参加持
日時員象料参
4月7日～7月14日
火曜 10:00～11:00
10名
18歳以上
1回650円
動きやすい服装・タオル・飲み物・靴袋

4月7日～7月14日
火曜 10:00～11:00
10名
18歳以上
1回650円
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

☎ 092-561-6011

