

2024年度



朝活! フロアストレッチ

期日	1月7日~3月18日
日時	火曜 10:00~11:00
定員	10名
対象	18歳以上
参加料	1回550円
持参物	動きやすい服装・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)



運動が苦手な方も身体ほぐしから
みなさんと楽しみながらはじめてみませんか?
心も身体もリフレッシュ!いつからでもはじめられる!

第3クール
始まるよ~

福岡市立南市民プール
☎ 092-561-6011

