

◆フラザだより 7月号 ◆

教室時間変更 & 増枠

火曜 19:15~20:00 サーキットトレーニング
サーキットが火曜の夜にやってきました！
日中は参加できない・・・という方、ぜひお待ちしています♪

日曜(25日) 9:30~11:00 太陽礼拝
月に一度のプログラム、動く瞑想「太陽礼拝」
時間変更しました！



プールの教室について

7/6より、プールの教室が一部変更になります。
大人のスイムレッスン→平日12:00~13:00
子ども泳ぎ方教室 →火・水15:00~17:00
木・金16:00~18:00
で開催します。
上記の時間では、コースの制限がございますので、
あらかじめご了承ください。



ホッと

余熱生活

~プールの利用~

子どもの利用
も99くなるよ!

夏になり、
プールの利用者が
増えます!



小4から保護者なしで利用可能!

小1以上は
異性の更衣室に
入れません。

小3以下

高校生以上の保護者

お風呂も
同じです。



教室時コースの制限があります。

その他、
改めて利用ルールの
確認を!

おしゃべり禁止!!



みんなで使いやすいプールにしましょう!

7月のイベント予定

日	月	火	水	木	金	土
				1 健康相談	2	3
4 朝エアロ	5 休館日	6 健康相談	7	8 健康相談 家族介護	9	10 おもちゃの病院
11 フルーツ②	12 休館日	13 健康相談 藤工芸体験会	14 相続・遺言相談会	15 健康相談	16	17
18 朝エアロ	19 休館日	20 健康相談	21 お香教室 水中ヨガ(夜)	22 海の日	23 スポーツの日	24
25 太陽礼拝	26 休館日	27 健康相談	28	29 家族介護	30	31 ステップエアロ