

## 令和6年度 膝腰痛予防教室 スケジュール

全 11 回

隔週水曜日 13:30~14:30

4月	<u>10・24</u>	2回
5月	<u>8・22</u>	2回
6月	<u>5・19</u>	2回
7月	<u>3・17・31</u>	3回
8月	<u>14・28</u>	2回

## 令和6年度 やさしいエアロ スケジュール

全 11 回

隔週木曜日 9:30~10:30

4月	<u>4・18</u>	2回
5月	<u>2・16・30</u>	3回
6月	<u>13・27</u>	2回
7月	<u>11・25</u>	2回
8月	<u>8・22</u>	2回

### ◆◆◆利用料金◆◆◆

当日券 1回分 500円

回数券 10回+1回分 5,000円

券売機で購入してください。

※1枚でも使用した回数券の返金はできません。

※ スケジュールは変更になることもあります。