

令和6年度 みんなで筋活 年間スケジュール

令和6年9月～1月までは長船スポーツ公園
令和6年8月・令和7年2月～邑久B&G海洋センターで実施します

全25回

毎週火曜日 9:30～10:30

8月	<u>6日</u> <u>20日</u> <u>27日</u>	3回	}	ストレッチポール
9月	<u>3日</u> <u>10日</u>	2回		
10月	<u>1日</u> <u>8日</u> <u>22日</u> <u>29日</u>	4回	}	ダンベル
11月	<u>12日</u> <u>19日</u> <u>26日</u>	3回		
12月	<u>3日</u> <u>10日</u> <u>17日</u> <u>24日</u>	4回	}	ウォーキング
1月	<u>7日</u> <u>21日</u> <u>27日</u>	3回		
2月	<u>4日</u> <u>18日</u>	2回		
3月	<u>4日</u> <u>11日</u> <u>18日</u> <u>25日</u>	4回		

※ スケジュールは変更になることもあります。

◆◆◆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ありません。