



FCG健康教室 6月 予定表



	朝 10:30~12:00	夜 18:15~19:45
7 (水)	ソフトバレー (補助競技場)	バドミントン (補助競技場)
14 (水)	卓球 (フェンシング室)	ソフトバレー (補助競技場)
21 (水)	ソフトバレー (補助競技場)	卓球 (補助競技場)
28 (水)	卓球 (フェンシング室)	バドミントン (補助競技場)

☆準備体操・ストレッチ・ダンスは下記の時間に行っています。

【朝】10:00~11:00 【昼】13:00~14:00

☆水中運動・水泳は下記の時間に行っています。

運動 【朝】10:30~11:30 【昼】13:30~14:00
水泳 【昼】14:00~15:00 【夜】19:00~20:00

★ FCG健康教室からのお知らせ ★

①6月の休館日について

6月19日(月)は、定期点検の為、
お休みとなります。

②傷害保険について

FCG教室に参加する皆さまが加入できる、
傷害保険があります。詳しくは裏面をご覧ください。

ご不明な点などございましたら、
スポーツトレーナーまでお尋ね下さい。

