

# 春日市総合スポーツセンター特別タイムスケジュール

## 2024年5月3日(金) 憲法記念日

### フィットネス1

### プログラムのご案内

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

#### ヨガ

10:30~11:15

新宅

#### ボディパンプ

11:45~12:45

一坊寺

【定員20名】

#### ボディコンバット45

13:15~14:00

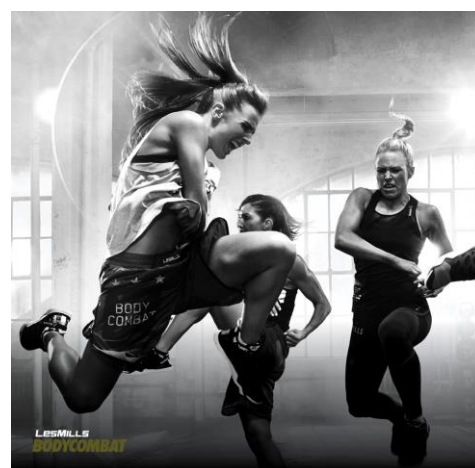
小野

#### ボディパンプ

14:30~15:30

一坊寺

【定員20名】



### 【フィットネスプログラムご参加に関するご案内】

- 定員25名(ステップ台を使用するクラスは20名)となっております。
- 整理券はレッスン開始時刻の30分前より受付カウンターに設置いたします。
- ロッカーカードのお渡しは整理券配布の10分前からとなります。
- 整理券番号順にご入場ください。

- 4月29日(月・祝)昭和の日・・・フィットネスプログラムはございません。
- 5月4日(土・祝)みどりの日・・・通常プログラム
- 5月5日(日・祝)子どもの日・・・通常プログラム
- 5月6日(月・祝)振替休日・・・フィットネスプログラムはございません。

からだを動かしやすい季節になりました。いまから運動スタートしませんか？