

# 6月無料レッススン

毎週火曜日30分の無料教室開催いたします

時間 13時15分～13時45分

申込 当日1F受付にて

## 6月教室案内

日程	教室名	強度	内容
6/5	バランスボール教室	☆☆	リズムに合わせて楽しく汗を流したい方、姿勢改善、骨盤のゆがみ等気になる方はぜひご参加ください。
6/12	ストレッチ教室	☆	各部位を丁寧に伸ばしていきます。運動不足の方でも安心して参加できます。
6/19	バランスボール教室	☆☆	リズムに合わせて楽しく汗を流したい方、姿勢改善、骨盤のゆがみ等気になる方はぜひご参加ください。
6/26	ストレッチ教室	☆	各部位を丁寧に伸ばしていきます。運動不足の方でも安心して参加できます。

**条件** 当日プール又はトレーニングを利用する方

**久留米市民温水プール2Fホールで開催**

教室内容は日にちによって異なりますので  
上記スケジュールをご確認ください

久留米市民温水プール 0942-21-2040

