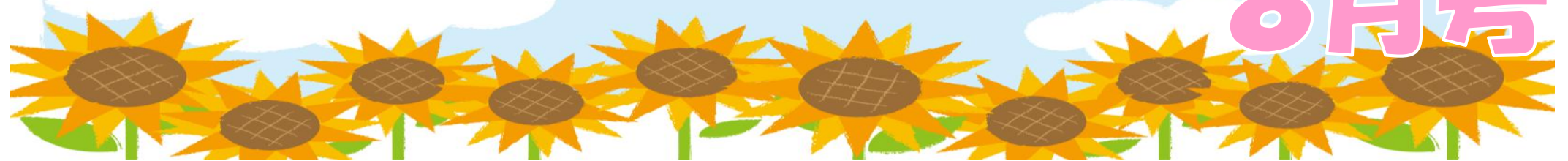


かごしま温泉健康フーザ

フーザ通信

令和8年
8月号



8月休館日のお知らせ

8月4日(火)・12日(水)・18日(火)
25日(火) ※11日(火)は通常営業

フーザ運動講座スケジュール(*^~^*)

曜 日	時 間	講 座 名
月曜日	14:00~14:30 (第1・3・5月曜日)	水中ウォーク ワンポイントアドバイス
水曜日	11:00~11:30	アクアウォーク
木曜日	14:00~15:00	コンディショニングアクア
金曜日	10:30~11:20	元気づくり教室 (※ストレッチルームで実施)
土曜日	18:00~18:30	ショートアクアビクス
日曜日	13:30~14:30	エンジョイアクア

お盆期間講座(休講)のお知らせ

8月13日(木)
《コンディショニングアクア》
8月14日(金)
《元気づくり教室》
8月15日(土)
《ショートアクアビクス》
は休講です m(__)m

癒しのストレッチ教室

8月31日(月)11:00~12:00
柔軟性の向上、疲労回復、リラックス
効果などを実感できるストレッチ教室



#かごしま
#温泉
#健康
#フーザ



Follow me ♪