

ふれあい通信

5月期 運動指導コース 受講生募集

「体づくり・体カアップ」を始めてみませんか!

予約不要 ～プールを使ってみよう!～

券売機

①チケット購入



券売機でチケットを購入
プール・浴室(券種を選ぶ)

②受付をする



利用証または個票とチケットを渡してください

※初めてのの方は受付で利用案内を聞いてね!

◆運動指導コース

- アクアエクササイズコース
- スイミングコース
- いさいき健康回復コース
- フィットネスコース
- エアロビクスダンスコース
- からだリセットコース

◆ホール短期運動指導コース

◆短期運動指導コース

③更衣室へ移動

ロッカーは
鍵をかけてね!



7歳以上の方は異性の更衣室利用はお控えください

④プールへGO!



小さなお子様(身長135cm未満)は
保護者の方と一緒にプール運動を
楽しみましょう!



運動後は 浴室でリフレッシュ!

ふれあい健康館

(徳島市生涯福祉センター)

〒770-8053 徳島市沖浜東2丁目16番地

TEL.088-657-0187

代表.088-657-0190

<http://fureken.com>

駐車場料金

- 基本料金…1時間を超え3時間まで/1台100円(1時間まで無料)
- 超過料金…基本料金を超え1時間ごとに/1台100円追加
- 駐車台数…200台

