

여름 그리고 휴식 해양치유 체험에 참여하세요

- 기 간 : 2019. 7. 19.(금) ~ 8. 18.(일)
- 대 상 : 남녀노소 누구나
- 장 소 : 명사십리해수욕장 해양치유 체험존 (관리사무소 근처)
- 체 험 비 : 무료
- 체험내용 : 해양치유프로그램, 모래찜질, 다시마풀장

체험명	운영기간	운영시간
해양치유프로그램	7. 19.(금) ~ 8. 18.(일)	오전 08:30 ~ 10:00
모래찜질	7. 19.(금) ~ 8. 18.(일)	오전 08:30 ~ 12:00 / 오후 14:00 ~ 16:00
다시마풀장	7. 27.(토) ~ 8. 9.(금)	오전 10:00 ~ 12:00 / 오후 14:00 ~ 16:00

■ 프로그램 일정

일 자	프로그램명	일 자	프로그램명
7. 19.(금)	해변노르딕워킹	8. 3.(토)	해변필라테스
7. 20.(토)	해변노르딕워킹	8. 4.(일)	해변필라테스
7. 21.(일)	해변엑서사이즈	8. 5.(월)	해변노르딕워킹
7. 22.(월)	해변노르딕워킹	8. 6.(화)	기공체조
7. 23.(화)	사차원 균형요가, 해변필라테스	8. 7.(수)	해변노르딕워킹
7. 24.(수)	해변노르딕워킹	8. 8.(목)	해변필라테스
7. 25.(목)	사차원균형요가, 해변필라테스	8. 9.(금)	해변노르딕워킹
7. 26.(금)	해변노르딕워킹	8. 10.(토)	해변엑서사이즈
7. 27.(토)	해변노르딕워킹	8. 11.(일)	해변필라테스
7. 28.(일)	해변노르딕워킹	8. 12.(월)	해변노르딕워킹
7. 29.(월)	해변필라테스	8. 13.(화)	해변필라테스
7. 30.(화)	기공체조	8. 14.(수)	해변노르딕워킹
7. 31.(수)	해변노르딕워킹	8. 15.(목)	해변엑서사이즈
8. 1.(목)	해변노르딕워킹	8. 16.(금)	해변노르딕워킹
8. 2.(금)	해변필라테스	8. 17.(토)	해변노르딕워킹
		8. 18.(일)	해변노르딕워킹

참가문의 : 완도군청 해양치유산업과 ☎ (061)550-5681~5682