

海浜温水プール予定表

令和6年 1月

日	月	火	水	木	金	土
	1 休館	2 休館	3 休館	4	5	6
7	8 通常営業	9	10 カラダを整える水中運動	11 ワンポイントアドバイス	12	13
14	15 休館	16	17 カラダを整える水中運動	18 ワンポイントアドバイス	19	20
21	22 休館	23	24 カラダを整える水中運動	25 ワンポイントアドバイス	26	27
28	29 休館	30	31 カラダを整える水中運動			

◇ 午前の部 (9:00~12:00) 午後の部 (1:00~5:00) 夜間の部 (6:00~9:00) ◇

★カラダを整える水中運動教室 (水曜日: 10:00~10:50)

※ 事前に申し込まれた方を対象としております。

★ワンポイントアドバイス教室 (木曜日: 10:00~10:50)

入場者自由参加

★ピラティス教室 (火曜日: 18:30~19:30)

※ 多目的室

9日、16日、23日、30日

★ヨガ教室 (金曜日: 18:30~19:30)

※ 多目的室

12日、19日、26日

※ 教室開催時は専用コースを設けますので、一般利用の方は他のコースをご利用下さい。

