

海浜温水プール予定表 令和5年 10月

日	月	火	水	木	金	土
1	2 休 館	3	4 ちびっこ水遊び ベビースイミング	5 ワンポイントアドバイス <small>長寿介護課水中ウォーキング教室</small>	6 水中ウォーキング教室	7 アクアビクス教室 いけいけ水遊び
8	9 通常営業	10	11 ちびっこ水遊び ベビースイミング 健康シェイプアップ	12 ワンポイントアドバイス <small>長寿介護課水中ウォーキング教室</small>	13 水中ウォーキング教室 ※ 学校水泳授業 (午前の部貸切り)	14 アクアビクス教室 いけいけ水遊び
15	16 休 館	17	18 ちびっこ水遊び ベビースイミング	19 ワンポイントアドバイス <small>長寿介護課水中ウォーキング教室</small>	20 水中ウォーキング教室 ※ 学校水泳授業 (午前の部貸切り)	21 アクアビクス教室 いけいけ水遊び
22	23 休 館	24	25 ちびっこ水遊び ベビースイミング	26 ワンポイントアドバイス <small>長寿介護課水中ウォーキング教室</small>	27 水中ウォーキング教室 ※ 学校水泳授業 (午前の部貸切り)	28 いけいけ水遊び
29	30 休 館	31				

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

- ☆アクアビクス教室 (土曜日: 10:00~10:50)
- ★水中ウォーキング教室 (金曜日: 14:00~15:00)
- ☆ちびっこ水遊び教室 (水曜日: 15:00~17:00)
- ★いけいけ水遊び教室 (土曜日: 15:40~17:10)
- ☆ベビースイミング教室 (水曜日: 11:00~11:50)
- ★健康シェイプアップ教室 (水曜日: 19:00~20:00)
- ※ 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
- ★長寿介護課水中ウォーキング教室 (木曜日: 14:00~15:00)
- ※ 事前に市役所長寿介護課に申し込まれた方を対象としております。
- ★ピラティス教室 (火曜日: 18:30~19:30) ※ 多目的室 3日、10日、17日、24日、31日
- ★ヨガ教室 (金曜日: 18:30~19:30) ※ 多目的室 6日、13日、20日、27日
- ※事前に申し込まれた方を対象としております。

※ 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。

※ 学校水泳授業の日
13, 20, 27日(金曜日)は、午前の部(9:00~12:00)が
貸し切りとなるため利用できません。