

海浜温水プール予定表

令和5年 11月

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

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

☆ちびっこ水遊び教室

(水曜日: 15:00~16:00、16:00~17:00)

☆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)

☆ベビースイミング教室

(水曜日: 11:00~11:50)

★ジュニア水泳教室

(土・日曜日: 15:40~17:10)

★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。

☆長寿介護課水中ウォーキング教室

(木曜日: 14:00~15:00)

※ 事前に長寿介護課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

★ジュニア水泳教室の日は、一般利用の方は午後3時20分終了とさせていただきます。

★ピラティス教室

(火曜日: 18:30~19:30)

※ 多目的室

14日、21日、28日

★ヨガ教室

(金曜日: 18:30~19:30)

※ 多目的室

10日、17日、24日

※ 29日の午後の部(13:00~17:00)、17日の午前の部(9:00~12:00)

上記は、学校水泳授業で貸切りとなるため、利用できません。