

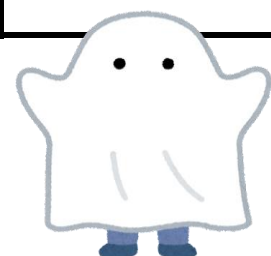
# 神栖海浜温水プール予定表

## 令和6年 10月

令和6年10月1日現在

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
	休館	ピラティス (多目的室)	ベビースイミング ちびっこ水遊び	ワンポイントアドバイス 長寿介護課水中ウォーキング	水中ウォーキング ヨガ (多目的室)	アクアビクス いけいけ水遊び
6	7	8	9	10	11	12
	休館	ピラティス (多目的室)	ベビースイミング/ちびっこ水遊び 午後の部貸切 (学校水泳授業) 健康シェイプアップ	ワンポイントアドバイス 長寿介護課水中ウォーキング	午前の部貸切 (学校水泳授業) 水中ウォーキング ヨガ (多目的室)	アクアビクス いけいけ水遊び
13	14 スポーツの日 営業	15	16	17	18	19
		ピラティス (多目的室)	ベビースイミング ちびっこ水遊び	ワンポイントアドバイス 長寿介護課水中ウォーキング	午前の部貸切 (学校水泳授業) 水中ウォーキング ヨガ (多目的室)	アクアビクス いけいけ水遊び
20	21	22	23	24	25	26
	休館	ピラティス (多目的室)	ちびっこ水遊び	ワンポイントアドバイス 長寿介護課水中ウォーキング	午前の部貸切 (学校水泳授業) 水中ウォーキング ヨガ (多目的室)	アクアビクス いけいけ水遊び
27	28	29	30	31		
	休館	ピラティス (多目的室)	ベビースイミング ちびっこ水遊び	ワンポイントアドバイス 長寿介護課水中ウォーキング		

午前の部 9:00~12:00 午後の部 13:00~17:00 夜間の部 18:00~21:00



### 神栖海浜温水プールからのお知らせ

- ・プール教室は専用コースを設けます。一般利用の方はほかのコースをご利用ください。
- ・学校水泳授業の予定を追加しました。(9月5日更新)
- ・23日のベビースイミング教室の予定がなくなりました。(9月8日更新)
- ・長寿介護課水中ウォーキング教室の予定を追加しました。(9月17日更新)
- ・ヨガ教室 (多目的室) の予定を追加しました。

### 神栖海浜温水プール教室一覧 (開催日は上記のカレンダーをご確認ください)

☆(火)ピラティス教室...18:30~19:30 ※多目的室	★(水)健康シェイプアップ教室 (水中運動) ...19:00~20:00	☆(金)ヨガ教室...18:30~19:30 ※多目的室
☆(水)カラダを整える水中運動教室...10:00~10:50	(木)ワンポイントアドバイス...10:00~10:50 ※参加自由	☆(土)アクアビクス教室...10:00~10:50
☆(水)ベビースイミング教室...11:00~11:50	◎(木)長寿介護課水中ウォーキング教室...14:00~15:00	☆(土)いけいけ水遊び教室...15:40~17:10
☆(水)ちびっこ水遊び教室 I部...15:00~16:00 II部...16:00~17:00	☆(金)水中ウォーキング教室...14:00~15:00	☆(土日)ジュニア水泳教室...15:40~17:00 ※貸切

☆...神栖海浜温水プール ★...神栖市武道館 ◎...神栖市役所長寿介護課 にそれぞれ事前申し込みが必要な教室です。

公益財団法人神栖市文化・スポーツ振興公社 ☎0299-97-1177