



平成30年  
10月プールカレンダー

(平成30年9月25日現在)

営業時間: 10:00~20:00(最終入場19:30)

電話: 3265-6311/FAX: 3265-6317

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
			団体貸切 10:00~ 18:00			水中ウォーキングとリラクゼーション貸切(シニア向け) 10:00~12:00
		☆		★◎		◎
7	8	9	10	11	12	13
浮島(半面) 10:00~ 12:00			団体貸切 10:00~ 18:00			水中ウォーキングとリラクゼーション貸切(シニア向け) 10:00~12:00
				★◎		◎
14	15	16	17	18	19	20
			団体貸切 10:00~ 18:00			水中ウォーキングとリラクゼーション貸切(シニア向け) 10:00~12:00
				★◎		◎
21	22	23	24	25	26	27
浮島(半面) 10:00~ 12:00			団体貸切 10:00~ 16:00			
				★◎		◎
28	29	30	31			
休館日				<p>プール内での水泳指導はご遠慮頂いております。 個人指導においては、営利活動の抑止及び他の利用者の方への迷惑になるため、一律ご遠慮頂いております。 ※但し、親子での水泳教育及び区の水泳事業は除きます。水泳指導を見かけた際はお声掛けをすることもございますが、ご理解ご協力の程お願い申し上げます。</p>		
	内容	指導者	日時	申込方法		
プール	『水中運動アドバイス』 お一人5分程度の水中での歩行やストレッチなどのアドバイスです ※教室ではありません	宇津 陽子氏 (健康運動指導士)	2日・16日(火) 14:00~15:00 12日・26日(金) 14:00~15:00	申込不要 左記の時間にプールに入りください。		
	『プールパートナー』 プール内の歩行等の介助		毎週 ◎の日 木曜日 10:00~12:00/13:00~18:00 土曜日 13:00~18:00	要予約 事前登録が必要です。		
健康 ナ ー コ ー ナ ー	『健康増進アドバイス』 医師による健康相談やアドバイス	☆石井 桂子 医師 ★峠 理恵子 看護師	★印の日 13:30~15:30 ※日程が変更になる場合があります。	予約不要 左記の時間に8階健康コーナーにお越しください。		

\* 上記の日時等は変更になる場合があります。ご利用の際は、お問い合わせください。

\* 浮島タイムは、お子様向けの浮き具を浮かべます。毎月第1・3日曜の10時~12時に半面のみ実施しています。