



平成31年  
3月プールカレンダー  
(平成31年2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  |
| <p>プール内での水泳指導はご遠慮頂いております。<br/>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。<br/>※但し、親子での水泳教育及び区の水泳事業は除きます。<br/>水泳指導を見かけた際に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>  |  |  |  |  |    |  |
| 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  |
| 浮島(半面)<br>10:00~12:00  |  |  | 団体貸切<br>10:00~18:00                                  | ★◎   |    | 水中ウォーキングとリラクゼーション 貸切<br>10:00~12:00<br>◎ |
| 10   | 11   | 12   | 13   | 14   | 15 | 16                                       |
|  |  |  | 団体貸切<br>10:00~18:00                                  | ★◎   |    | 水中ウォーキングとリラクゼーション 貸切<br>10:00~12:00<br>◎ |
| 17   | 18   | 19   | 20   | 21   | 22 | 23                                       |
| 浮島(半面)<br>10:00~12:00  |  |  | 団体貸切<br>10:00~18:00                                  | ★◎   |    | 水中ウォーキングとリラクゼーション 貸切<br>10:00~12:00<br>◎ |
| 24/31  | 25   | 26   | 27   | 28   | 29 | 30                                       |
| 休館日  |  |  | 団体貸切<br>10:00~16:00                                  | ★◎   |    | 水中ウォーキングとリラクゼーション 貸切<br>10:00~12:00<br>◎ |
|  | 内容   | 指導者  | 日時   | 申込方法   |    |  |
| プ<br>ー<br>ル  | 『水中運動アドバイス』<br>水中での歩行やストレッチ等の正しい運動方法のアドバイス | 宇津 陽子氏<br>(水上安全法指導員Ⅱ)  | 5日・19日(火)<br>14:00~15:00<br>8日・29日(金)<br>14:00~15:00 | 申込不要<br>左記の時間に、プールにお入りください。                        |    |  |
|  | 『プールパートナー』<br>プール内の歩行等の介助                  |               | 毎週 ◎の日<br>木曜日<br>10:00~18:00<br>土曜日<br>12:00~18:00   | 要予約<br>事前登録が必要です。                                  |    |  |
| (2階)談話室  | 『健康増進アドバイス』医師による健康相談やアドバイス                 | <br>☆石井 桂子 医師 | ☆印の日<br>13:30~15:30<br>※日程・場所が変更になる場合があります。          | 3月はお休みです。  |    |  |
|  |  | <br>★峠 理恵子看護師 | ★印の日<br>13:30~15:30<br>※日程・場所が変更になる場合があります。          | 予約不要左記の時間に2階談話室にお越しく下さい。※都合により中止になることもあります。御了承下さい。 |    |  |

\* 上記の日時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。