


平成30年

4月プールカレンダー

(平成30年3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	7
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 10:00~12:00 ◎
8	9	10	11	12	13	14
			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 10:00~12:00 ◎
15	16	17	18	19	20	21
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 10:00~12:00 ◎
22	23	24	25	26	27	28
			団体貸切 10:00~16:00			水中ウォーキングとリラクゼーション貸切 10:00~12:00 ◎
29	30					
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)	3日・17日(火) 13日・27日(金) 14:00~15:00	申込不要 左記の時間に、プールにお入りください。 尚、開始時間が早くなりました。 お気を付けて下さい。
	『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 10:00~18:00 土曜日 12:00~18:00	要予約 事前登録が必要です。
健康ハコ8階ナール	『健康増進アドバイス』 医師と保健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	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。

* 上記の日時は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。