R8年 4～6月

当日参加コース【プールプログラム】 タイムスケジュール

	月	火	水	木	金	
	アクアビクス	アクアビクス	ワンポイントレッスン	アクアビクス	アクアウォーキング	ワンポイントレッスン
時間	10:30～11:00	10:30～11:00	9:50～10:20	10:30～11:00	10:30～11:20	10:30～11:00
定員	椿/60名	井田/60名	梅田/20名	椿/60名	椿/40名	中村/15名
	アクアビクス		ダンベルアクア	アクアビクス		
時間	13:30～14:00		10:30～11:00	13:30～14:00		
定員	椿/60名		椿/40名	椿/60名		
	水中ウォーキング			アクアビクス		
時間	14:30～15:00			19:00～19:30		
定員	椿/40名			椿/60名		

4月から
中村→梅田に
変更になります

［参 加 費］ 100円券（事務所窓口にて販売）＋入場券 ※お得な回数券も販売しております。

［参加方法］ 先着順で受付いたします。

午前のプログラムは9：25より1F入場ゲートにて受付いたします。（9：30以降プール内受付も可）

午後のプログラムは1時間前より1F入場ゲートとプール内にて受付いたします。

［対　　象］ 16歳以上

［参加条件］ 体調チェック（体調に不安のある方はお控えください）

※ 祝祭日は開催しません。

※ 施設の都合により、急遽プログラムを中止・変更させて頂く場合がございますので予めご了承ください。

さがみはら北の丘センター　042-773-5570

プールプログラム日程 ≪R8年4～6月≫

4月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
午前	○	○	○			○	○	○	○	○			○	休所日	○	○	○			○	○	○	○	○			○	○	昭和の日	○
午後		○				○			○				○			○				○			○				○			○
夜間		○							○							○							○							○

5月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
午前	○		憲法記念日	みどりの日	こどもの日	振替休日	○	○			○	○	○	○	休所日 5/15(金)～5/31(日)																
午後							○				○			○																	
夜間							○							○																	

6月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
午前	○	○	○	○	○			○	休所日	○	○	○			○	○	○	○	○			○	○	○	○	○			○	○
午後	○			○				○			○				○			○				○			○				○	
夜間				○							○							○							○					