

那珂川町屋内水泳場 1月 予定表

1月10日 現在



電話 0287-96-5353

FAX 0287-96-5354

ホームページはこちら



開館時間	9:00~21:30		
プール利用時間	9:00~12:30 (受付終了12:00) 更衣室退出時間 12:45	13:30~17:00 (受付終了16:30) 更衣室退出時間 17:15	17:30~21:00 (受付終了20:30) 更衣室退出時間 21:15
ジム利用時間	9:00~21:30 (受付終了20:30)		

		プール 教室・団体・専用使用			フロア教室
		午前	午後	夜間	
1/1	水	年 始 休 館			日
1/2	木	年 始 休 館			日
1/3	金	年 始 休 館			日
1/4	土	プールのみ休館 (トレ利用可能)			
1/5	日				
1/6	月				
1/7	火				【SP】いきいきストレッチ 14:00~14:30
1/8	水		【SP】泳法1ポイント 14:00~14:30		
1/9	木	休 館 日			
1/10	金	専用使用 (2コース使用) 11:00~12:00			
1/11	土		【SP】水中ウォーキング 14:00~14:30		
1/12	日				
1/13	月				
1/14	火	クロール教室① (2コース) 10:00~11:00 平泳ぎ教室① (2コース) 11:10~12:10		小学生水泳教室① (2コース・低床部) 17:40~18:40	【SP】いきいきストレッチ 14:00~14:30 はじめてのピラティス① 19:00~20:00
1/15	水	バタフライ&背泳ぎ教室① (2コース使用) 10:00~11:00	【SP】泳法1ポイント 14:00~14:30	小学生水泳教室① (2コース・低床) 17:40~18:40 クロール教室① 19:00~20:00	
1/16	木	休 館 日			

1/17以降は裏面へ👉

那珂川町屋内水泳場 1月 予定表

1月10日 現在



電話 0287-96-5353

FAX 0287-96-5354

ホームページはこちら



開館時間	9:00~21:30		
プール利用時間	9:00~12:30 (受付終了12:00) 更衣室退出時間 12:45	13:30~17:00 (受付終了16:30) 更衣室退出時間 17:15	17:30~21:00 (受付終了20:30) 更衣室退出時間 21:15
ジム利用時間	9:00~21:30 (受付終了20:30)		

		プール 教室・団体・専用使用			フロア教室
		午前	午後	夜間	
1/17	金	水中運動教室① 10:00~11:00			ボクシングエクササイズ① 19:00~20:00
1/18	土	幼児水慣れ① (低床部) 9:30~10:30	【SP】水中ウォーキング 14:00~14:30		
1/19	日				【SP】おためしピラティス 14:00~14:30
1/20	月	初心者水泳教室① (2コース使用) 10:00~11:00		小学生水泳教室① (2コース・低床部) 17:40~18:40	かんたんエアロ① 14:00~15:00 筋膜リリース&ストレッチ① 19:00~20:00
1/21	火	クロール教室② (2コース) 10:00~11:00 平泳ぎ教室② (2コース) 11:10~12:10		小学生水泳教室② (2コース・低床部) 17:40~18:40	【SP】いきいきストレッチ 14:00~14:30 やさしいヨガ① 19:00~20:00
1/22	水	バタフライ&背泳ぎ教室② (2コース使用) 10:00~11:00	【SP】泳法1ポイント 14:00~14:30	小学生水泳教室② (2コース・低床) 17:40~18:40 クロール教室② 19:00~20:00	
1/23	木	休 館 日			
1/24	金	水中運動教室② 10:00~11:00			かんたんエアロ① 19:00~20:00
1/25	土	幼児水慣れ② (低床部) 9:30~10:30	【SP】水中ウォーキング 14:00~14:30		
1/26	日				【SP】おためしピラティス 14:00~14:30
1/27	月	初心者水泳教室② (2コース使用) 10:00~11:00		小学生水泳教室② (2コース・低床部) 17:40~18:40	筋膜リリース&ストレッチ② 19:00~20:00
1/28	火	クロール教室③ (2コース) 10:00~11:00 平泳ぎ教室③ (2コース) 11:10~12:10		小学生水泳教室③ (2コース・低床部) 17:40~18:40	【SP】いきいきストレッチ 14:00~14:30 はじめてのピラティス2 19:00~20:00
1/29	水	バタフライ&背泳ぎ教室③ (2コース使用) 10:00~11:00	【SP】泳法1ポイント 14:00~14:30 専用使用 (2コース使用) 13:30~15:30	小学生水泳教室③ (2コース・低床) 17:40~18:40 クロール教室③ 19:00~20:00	
1/30	木	休 館 日			
1/31	金	水中運動教室③ 10:00~11:00			ボクシングエクササイズ② 19:00~20:00
☆お知らせ☆	【プール換水休館】 12月23日(月)~1月4日(土) 【年末年始休館】 12月29日(日)~1月3日(金)			☆第3期プール・フロア教室開催☆ 1月14日(火)から教室を行っております。 まだ申込みが可能な教室もありますので ぜひご参加ください。	