

那珂川町屋内水泳場 5月 予定表

5月3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		
5/1	水		専用使用 (2コース使用) 13:30~15:30			
5/2	木	休 館 日				
5/3	金		【SP】水中ウォーキング 14:00~14:30		【SP】かんたんエクササイズ 11:00~11:30	
5/4	土					
5/5	日					
5/6	月				【SP】ストレッチポール 14:30~15:00	
5/7	火		専用使用 (2コース使用) 13:30~15:30		【SP】いきいきストレッチ 14:30~15:00	
5/8	水		【SP】背泳ぎ 14:00~14:30		【SP】骨盤エクササイズ 11:00~11:30	
5/9	木	休 館 日				
5/10	金				【SP】筋膜リリース 14:30~15:00	
5/11	土					
5/12	日					
5/13	月		初心者水泳教室① (2コース使用) 13:40~14:40	小学生水泳教室① (低床部・2コース使用) 17:40~18:40	からだほぐし① 19:00~20:00	
5/14	火		クロール教室① (2コース使用) 13:40~14:40	小学生水泳教室① (低床部・1コース使用) 17:40~18:40	はじめてのピラティス① 19:00~20:00	
5/15	水		平泳ぎ教室① (2コース使用) 13:40~14:40	小学生水泳教室① 17:40~18:40 クロール① 19:00~20:00	【SP】かんたんエクササイズ 11:00~11:30	
5/16	木	休 館 日				

5/17以降は裏面へ👉

那珂川町屋内水泳場 5月 予定表

5月3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	
5/17	金		水中運動教室① 13:40~14:40		ボクシングエクササイズ① 19:00~20:00
5/18	土	幼児水慣れ教室① (低床部使用) 9:30~10:30			
5/19	日				
5/20	月		初心者水泳教室② (2コース使用) 13:40~14:40	小学生水泳教室② (低床部・2コース使用) 17:40~18:40	からだほぐし② 19:00~20:00
5/21	火		クロール教室② (2コース使用) 13:40~14:40	小学生水泳教室② (低床部・1コース使用) 17:40~18:40	やさしいヨガ① 19:00~20:00
5/22	水	専用使用 (1コース使用) 14:00~15:00	平泳ぎ教室② (2コース使用) 13:40~14:40	小学生水泳教室② 17:40~18:40 クロール② 19:00~20:00	【SP】いきいきストレッチ 11:00~11:30
5/23	木	休 館 日			
5/24	金	学校授業	水中運動教室② 13:40~14:40		かんたんエアロ① 19:00~20:00
5/25	土	幼児水慣れ教室② (低床部使用) 9:30~10:30			
5/26	日				
5/27	月		初心者水泳教室③ (2コース使用) 13:40~14:40	小学生水泳教室③ (低床部・2コース使用) 17:40~18:40	からだほぐし③ 19:00~20:00
5/28	火		クロール教室③ (2コース使用) 13:40~14:40	小学生水泳教室③ (低床部・1コース使用) 17:40~18:40	はじめてのピラティス② 19:00~20:00
5/29	水	学校授業	平泳ぎ教室③ (2コース使用) 13:40~14:40	小学生水泳教室③ 17:40~18:40 クロール③ 19:00~20:00	かんたんエアロ① 14:00~15:00
5/30	木	休 館 日			
5/31	金	学校授業	水中運動教室③ 13:40~14:40		ボクシングエクササイズ② 19:00~20:00

☆お知らせ☆

・第1期プール・フロア教室開催中！
空きがあり次第、随時募集中です。

・「学校授業」の日は午前中が
全館貸切となります。
一般利用はプール、
トレーニングジムともに
13:30~となります。