

# 那珂川町屋内水泳場 7月 予定表

6月24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	
7/1	月	学校授業	初心者水泳教室⑧ (2コース使用) 13:40~14:40	小学生水泳教室⑧ (低床部・2コース使用) 17:40~18:40	からだほぐし⑧ 19:00~20:00
7/2	火	学校授業	クロール教室⑧ (2コース使用) 13:40~14:40	小学生水泳教室⑧ (低床部・1コース使用) 17:40~18:40	やさしいヨガ④ 19:00~20:00
7/3	水	学校授業	平泳ぎ教室⑧ (2コース使用) 13:40~14:40	小学生水泳教室⑧ 17:40~18:40 クロール⑦ 19:00~20:00	
7/4	木	休 館 日			
7/5	金	学校授業	水中運動教室⑧ 13:40~14:40		かんたんエアロ④ 19:00~20:00
7/6	土	幼児水慣れ教室⑧ (2コース・低床部使用) 9:30~10:30			【SP】かんたんエクササイズ 14:00~14:30
7/7	日	休 館 日			
7/8	月	学校授業	専用使用 (2コース使用) 13:30~15:30		【SP】いきいきストレッチ 14:00~14:30 短期筋膜リリース&ストレッチ① 19:00~20:00
7/9	火	学校授業			短期ピラティス① 19:00~20:00
7/10	水	学校授業		クロール⑧ 19:00~20:00	かんたんエアロ④ 14:00~15:00
7/11	木	休 館 日			
7/12	金	学校授業			
7/13	土				【SP】かんたんエクササイズ 14:00~14:30
7/14	日	休 館 日			
7/15	月	休 館 日			
7/16	火	学校授業	専用使用 (2コース使用) 13:30~15:30		

7/17以降は裏面へ👉

# 那珂川町屋内水泳場 7月 予定表

6月24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	
7/17	水	学校授業			
7/18	木	休 館 日			
7/19	金				
7/20	土				【SP】 かんたんエクササイズ 14:00~14:30 短期ボクシングエクササイズ① 16:00~17:00
7/21	日				
7/22	月				短期かんたんエアロ① 14:00~15:00 短期筋膜リリース&ストレッチ② 19:00~20:00
7/23	火				短期ピラティス② 19:00~20:00
7/24	水		専用使用 (1コース使用) 14:00~15:00		短期筋膜リリース&ストレッチ① 14:00~15:00
7/25	木	休 館 日			
7/26	金				
7/27	土				【SP】 かんたんエクササイズ 14:00~14:30
7/28	日				
7/29	月				短期かんたんエアロ② 14:00~15:00
7/30	火				短期やさしいヨガ① 19:00~20:00
7/31	水				

☆  
お  
知  
ら  
せ  
☆

夏の短期フロア教室開催します!!  
申込開始: 7月1日(月) 9:00~

- ・「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ともに13:30~となります。