



# 4月の予定表



杉十小温水プール  
TEL 3318-8763

【6コースのプールです】 利用コースは変更になる場合があります

平成24年3月20日 現在 閉館 21:00

開始時間 9:00		9時 11 13 15 17 19 21						遊泳終了20:50											
①	日					④	④												
2	月																		
3	火	休 場 日 (毎月第1火曜日です)																	
4	水																		
5	木																		
6	金																		
7	土																		
8	日																		
9	月																		
10	火																		
11	水																		
12	木																		
13	金																		
14	土																		
15	日																		
16	月																		
17	火																		
18	水																		
19	木																		
20	金																		
21	土																		
22	日																		
23	月																		
24	火																		
25	水																		
26	木																		
27	金																		
28	土																		
29	日																		
30	月																		

④ 上級者(500m以上泳げる方)クロール専用周回コース  
\*1コース分(第④コース専用)

W ウォーキングタイム(入場料のみ)10時~11時  
A アクアビクスタイム(入場料のみ)11時~12時  
♪♪音楽が流れます♪♪

《シェイプアップアクア》

2♪ シェイプアップアクア  
プログラム豊富な  
インストラクターによる  
充実の1時間♪  
参加料500円  
当日受付 先着30名  
10時~11時  
12日(木) 26日(木)

- 個人利用ができます
- ▬ 歩行者専用コースがあります
- 個人と団体利用の共用です(数字は団体のコース数)

🔌 節電にご協力ください

24年度の新企画  
入場料のみのアクアビクスが始まりました。  
▷ウォーキングタイム 10時~11時  
▷アクアビクスタイム 11時~12時  
1時間の入れ替え制で、お好きなメニューが選べます。  
当日受付、各先着30名

- ☆ 泳力UPコース I (初心・初級クロール&平泳)  
第2・3・4日曜日(入場料のみ)10時~11時
- ★ 泳力UPコース II (中・上級全泳法)  
第5日曜日(入場料のみ)10時~11時
- ◎ 従来的一般対象のワンポイント・レッスン  
11時~12時 (入場料のみ)

杉十小温水プールのブログ  
( <http://sugijusyopool.blog.fc2.com/> )  
予定表もご覧いただけます

