



4月 予定表



平成31年3月20日 現在

【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** 閉館 21:00

開始時間 9:00							遊泳終了20:50							
	9時	11	13	15	17	19	21	9時	11	13	15	17	19	21
1 月				2	2	2								
2 火	休 場 日 (毎月第1火曜日です)													
3 水	2	2	2	2	3	2								
4 木		😊 ビギナースイム			2	3	2							
5 金	4	2	2	2	3	2								
6 土							教室2							
7 日		🌟 泳力UP 初級					④						④	
8 月		2W	🏊 水中運動 入門			2	2	2						
9 火														2
10 水	2	2	2	2	3	2								
11 木		2♪	🏊 ベーシック			2	3	2						
12 金	4	2	2	2	3	2								
13 土							教室2							
14 日							④						④	
15 月						2	2	2						
16 火														教室2
17 水													3	2
18 木			🏊 エンジョイスイム			2	3	2						
19 金	4	2	2	2	2	2	2							
20 土														教室2
21 日													泳力UP 中級	④
22 月		2A	🏊 アクアビクス タイム					2	2	2				
23 火														教室2
24 水	2	2	2	2	2	3	2							
25 木		2♪	🏊 シェイプアップ			2	3	2						
26 金	4	2	2	2	3	2								
27 土													④	④
28 日													④	④
29 月														
30 火														

- 個人利用ができます <←方通行コース>
<自由遊泳コースではウォーキング可>
- 歩行専用コースがあります ※1コース
- 個人と団体利用の共用です (数字は団体の利用コース数)
- 上級者(500m以上泳げる方)クロール専用周回コース (第④コース使用)
- 水泳教室で使用します
- 個人と行政利用の共用です
- オーバーフローを行います。水位が高くなります。ご注意ください。

泳力アップ 対象/区内在住・在勤 15歳以上(中学生を除く)
11:00 ~ 11:55 要予約・申込順 10名 入場料のみ

🌟 初級コース 7日 (初級 クロール・平泳ぎ) 3月31日より予約受付
🌟 中級コース 21日 (中級 全泳法) 4月14日より予約受付
9時から電話または事務所まで

📍 **ワンポイントレッスン** (入場料のみ・当日受付 先着10名)
7日 21日 日曜日 10:00~10:55 9:50~プールサイドで受付します。
【対象】一般区民 (3年生までは水着着用の付添の方がが必要です。)

♪水中運動入門・アクアビクスタイム(10:00~10:55)

- 当日受付 ●入場料のみ ●各30名 先着順(月曜日開催)
- W:水中運動入門 8日 A:アクアビクスタイム 22日

♪木曜アクアサイズ(10:00~10:55)

- 当日受付 ●加料/500円 ●各30名 先着順(木曜日開催)
- 🏊 ベーシック 11日 🏊 シェイプアップ 25日

♪ビギナースイム・エンジョイスイム(11:00~11:55)

- 入場料のみ ●対象/区内在住・在勤15歳以上(中学生を除く)
- 事前予約 朝9時より受付開始(木曜日開催) 電話または事務所まで
- 😊 ビギナースイム 4日 定員 8名(申込3月29日(金)より)
- 🏊 エンジョイスイム 18日 定員 10名(申込4月12日(金)より)

杉十小温水プールの最新情報、教室案内などブログで更新しています。ぜひご覧ください。
お申込・お問合せは電話、または事務所まで。 [杉十小温水プールのブログ](#) で検索