

立川市柴崎市民体育館 プール教室利用表 2017年 8月 (小プール)

更新日時 2017/8/8 18:35

		9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00		
1	火					アクアシェイプ (30分)	アクアピクス (50分)								1	火
2	水		バラエティ アクア (50分/有料)									アクアピクス (50分)			2	水
3	木		水中 ウォーキング (30分/半面)												3	木
4	金														4	金
5	土									アクア エクササイズ (30分)					5	土
6	日														6	日
7	月	アクアシェイプ (9:20~9:50)	ウォーキング アクア (50分)		水中 ウォーキング (30分/半面)	ボール/ヌードルコース 12:30~15:00									7	月
8	火					アクアシェイプ (30分)	アクアピクス (50分)								8	火
9	水		バラエティ アクア (50分/有料)									アクアピクス (50分)			9	水
10	木		水中 ウォーキング (30分/半面)												10	木
11	金	イベント【シンクロショー】 ※一般開放は、13:00~21:00となります。													11	金
12	土														12	土
13	日														13	日
14	月														14	月
15	火					アクアシェイプ (30分)									15	火
16	水		バラエティ アクア (50分/有料)												16	水
17	木														17	木
18	金														18	金
19	土									アクア エクササイズ (30分)					19	土
20	日														20	日
21	月		ウォーキング アクア (50分)		水中 ウォーキング (30分/半面)										21	月
22	火					アクアシェイプ (30分)	アクアピクス (50分)								22	火
23	水		バラエティ アクア (50分/有料)									アクアピクス (50分)			23	水
24	木		水中 ウォーキング (30分/半面)												24	木
25	金														25	金
26	土									アクア エクササイズ (30分)					26	土
27	日														27	日
28	月		ウォーキング アクア (50分)		水中 ウォーキング (30分/半面)										28	月
29	火					アクアシェイプ (30分)	アクアピクス (50分)								29	火
30	水		バラエティ アクア (50分/有料)									アクアピクス (50分)			30	水
31	木		水中 ウォーキング (30分/半面)												31	木
		9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00		

※定期・参加型教室は休講になる場合がございます。事前に、ご確認の上ご来場ください。

★子ども定期教室は、7/19(水)~8/31(木)全クラス25mで実施致します。

*平日 9:00~12:00(参加型教室を除く)は、ウォーキング専用となります。7/17(月・祝)~8/31(木)は、休止(全面開放)致します。

① 土曜日 アクアエクササイズ 7月より17:00~17:30になりました。通年、小プールで実施致します。

② 6/1~9/30 利用時間は2時間制となります。3時間目以降、利用1時間につき利用料の50%を徴収いたしますので予めご了承ください。

8月の無料開放日は8月7日(月)、
休館日はありません。

立川市柴崎市民体育館