

平成30年 2月のプール公開予定表

- 1は1コース、2は1・2コース貸切です。貸切中の1、2コースには一般の方は入れませんが、1、2コース貸切中も3～6コースはご利用いただけます。
- 学校利用は全面貸切となり、一般の方はプールに入場できません。
- ♥はアクア、★はのびのびストレッチ&ワンポが開催されます。

	9:30	10:30	11:30	12:30	13:30	14:30	15:30	16:30	17:30	18:30	19:30
1 木	1	1			2	2	2	2	2	1	2
2 金		2	1	1	1	1	1	2	2	2	2★
3 土		1	2				2	2			1
4 日											
5 月	1	1	1					2		2	2
6 火			2♥				1	2	1	1	2
7 水	1	1		2★	2	1	2	2	2	2	2
8 木	1	1			2	2	2	2	2	1	2
9 金		2	1	1	1	1	1	2	2	2	2★
10 土		1	2							1♥	1
11 日											
12 月	1	1		1						2	2
13 火			2♥		学校利用			2	1	1	2
14 水	1	2	1	2★	2	1	2	2	2	2	2
15 木	1	1	1		2	2	2	2	2	2	2
16 金		2	1	1	1	1	1	2	2	2	2★
17 土					無料公開日						
18 日											
19 月					休館日						
20 火			2♥		学校利用			2	1	1	2
21 水	1	1		2★		1	2	2	2	2	2
22 木	1	1			2	2	2	2	2	2	2
23 金		2	1	1			1	2	2	2	2★
24 土		1	2							1♥	1
25 日											
26 月	1	1	2	2				2		2	2
27 火			2♥				1	2	1	1	2
28 水	1	1		2★	2	1	2	2	2	2	2

※変更となる場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。



千住温水プール”スイミー” ☎ 03-3882-2601
 プール利用時間 9:30~20:30 (受付9:00~20:00)
 E-Mail senju_swimmy@fep0294.co.jp



千住温水プールミニコミ誌 スイミー通信 2月号

平成30年1月15日発行

♡ サービスプログラム(無料)のご案内

★	のびのび ストレッチ	ワンポイント レッスン	開催日
水	12:30 ~12:45	12:45 ~13:20	2月7・14・21・28日
金	19:30 ~19:45	19:45 ~20:20	2月2・9・16・23日

★のびのびストレッチ…ストレッチやリラクゼーションを水中で行います。
 ★ワンポイントレッスン…泳法などをお客様にアドバイスします。

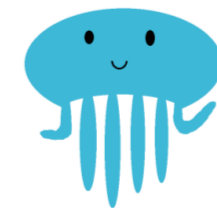
サービスプログラムは入場料のみで、ご利用できます。お時間になりましたらプールへお集まりください。定員はありません。



♡ 有料プログラム(600円)のご案内 ♡

火	アクアエクササイズ		30名
	11:30~12:20	2月6・13・20・27日	
土	サタデーナイトアクア		20名
	18:30~19:20	2月10・24日	

券売機でアクア券をご購入下さい。



水中でのエクササイズです。

アクア券でのご入場はプログラム開始15分前からとなります。それより前に入場してご遊泳なさる場合や、プログラム後に残ってご遊泳する場合は別途利用料金をお支払いいただきます。

パークで筋トレ

～虹の広場でポールウォーキング～

ストレッチをして体をほぐしたら、
ポールを使ってウォーキングをしましょう

対象: **65歳以上の方**

日程: 1月18・25日、2月1・8・15・22日(毎週木曜日)

時間: 13:30～14:30

集合場所: 虹の広場管理棟前(13:30)

★千住温水プール(13:15出発)から一緒に歩いていくこともできます。

参加費: 無料

定員: なし(ポール貸出しは10名分です)

持ち物: 水分補給用の飲み物、汗ふきタオル、リュックなど

★両手があくカバン、帽子、動きやすい服装でいらしてください。

雨天中止(不明な場合はお問合せください)

<申込方法>

窓口・お電話にて受付します。

電話03-3882-2601 千住温水プール



毎週木曜日虹の広場

ポールウォーキング

開催中です

千住温水プール

