

2024年度 9月 大栄B & G海洋センタープール予定表

日	曜日	午 前		午 後			夜 間			
		9:00~12:00	昼休憩 12:00~ 13:00	13:00~14:50	休憩 14:50~ 15:00	15:00~17:00	夜休憩 17:00~ 18:00	18:00~19:50	休憩 19:50~ 20:00	20:00~21:00
1	日									
2	月	休 館 日								
3	火									
4	水									
5	木	シェイプアップ								
6	金									
7	土	水中ウォーキング								
8	日									
9	月	休 館 日								
10	火									
11	水	学校授業		学校授業		学校授業				
12	木	水上ヨガ								
13	金									
14	土									
15	日									
16	月									
17	火	休 館 日								
18	水									
19	木									
20	金									
21	土									
22	日									
23	月									
24	火	休 館 日								
25	水	学校授業		学校授業		学校授業				
26	木									
27	金									
28	土									
29	日									
30	月	休 館 日								

空 白 : 一般開放
 一般教室 : 1~3コースは一般開放
 学校授業 : 午前は貸切・午後は16時から一般開放

※プールに入る場合は、必ずスイミングキャップを着用して下さい。
 ※都合により予定を変更する場合がありますがご了承下さい。
 ※小学生未満のお子様は必ず保護者の方（水着着用）とご一緒に
 入水して下さい。
 ※オムツの外れていないお子様のご入水はご遠慮下さい。
 （水遊び用パンツのご利用も出来ません。）

教 室	水中ウォーキング		10:00~11:00	※教室ご参加のお客様へ 教室時間前後30分は参加費に含まれていま すが、それ以外のご利用につきましては、 別料金になります。
	シェイプ アップ		10:00~11:00	
	アクアビクス		10:00~11:00	
	水 上 ヨ ガ	Aコース	10:00~10:45	
		Bコース	11:00~11:45	
	ナイト 水 上 ヨ ガ	Aコース	18:30~19:15	
Bコース		19:30~20:15		