

10月		市立室内プール 開館予定表		次号の「さくらの道」は平成29年10月10日頃の発行となります。		
1	日	教室の開催はありません		16	月	休館日
2	月	休館日		17	火	ヨガ 水中エアロA ダンスdeエクササイズ 成人クロールクラス 幼児スクールA 小学生スクールABC キッズダンスAB
3	火	ヨガ 水中エアロA ダンスdeエクササイズ 成人クロールクラス 幼児スクールA 小学生スクールABC キッズダンスAB		18	水	水中ウオーク教室 水中エアロB フラダンススクール 成人背泳ぎクラス ピラティススクール らくらく水中運動 幼児スクールAB 小学生スクールA 無料水中エアロD
4	水	水中ウオーク教室 水中エアロB フラダンススクール 成人背泳ぎクラス ピラティススクール らくらく水中運動 幼児スクールAB 小学生スクールA 無料水中エアロD		19	木	初心者水泳教室 泳法別水泳教室 肩膝腰痛改善水中運動 ロコモ キッズヨガスクール 幼児スクールA 小学生スクールABC
5	木	初心者水泳教室 泳法別水泳教室 肩膝腰痛改善水中運動 キッズヨガスクール 幼児スクールA 小学生スクールABC		20	金	ラテン骨盤ダンスエクササイズ 水中エアロC 成人平泳ぎクラス 幼児体力アップ運動スクール かんたん無料レッスン
6	金	ラテン骨盤ダンスエクササイズ 水中エアロC 成人平泳ぎクラス 幼児体力アップ運動スクール かんたん無料レッスン		21	土	教室の開催はありません
7	土	高水位公開日 ※水深1.4m～1.7m 水温が低くなります。 スタート開放		22	日	
8	日	水泳競技大会 プール ⇒ 一般利用不可 トレーニング ⇒ 通常公開		23	月	無料お試しエアロ 無料ワンポイントレッスン 無料フィンスイム
9	月	教室の開催はありません		24	火	ヨガ 水中エアロA ダンスdeエクササイズ 成人クロールクラス 幼児スクールA 小学生スクールABC キッズダンスAB
10	火	ヨガ 水中エアロA ダンスdeエクササイズ 成人クロールクラス 幼児スクールA 小学生スクールABC キッズダンスAB		25	水	水中ウオーク教室 水中エアロB フラダンススクール 成人背泳ぎクラス ピラティススクール らくらく水中運動 幼児スクールAB 小学生スクールA 無料水中エアロD
11	水	水中ウオーク教室 水中エアロB フラダンススクール 成人背泳ぎクラス ピラティススクール らくらく水中運動 幼児スクールAB 小学生スクールA 無料水中エアロD		26	木	初心者水泳教室 泳法別水泳教室 肩膝腰痛改善水中運動 ロコモ 幼児スクールA 小学生スクールABC
12	木	初心者水泳教室 泳法別水泳教室 肩膝腰痛改善水中運動 キッズヨガスクール 幼児スクールA 小学生スクールABC		27	金	ラテン骨盤ダンスエクササイズ 水中エアロC 成人平泳ぎクラス かんたん無料レッスン
13	金	ラテン骨盤ダンスエクササイズ 水中エアロC 成人平泳ぎクラス 幼児体力アップ運動スクール かんたん無料レッスン		28	土	教室の開催はありません
14	土	教室の開催はありません		29	日	
15	日	教室の開催はありません		30	月	早朝公開 無料お試しエアロ 無料ワンポイントレッスン 無料フィンスイム
スタッフいちおし教室：無料水中エアロD 10/25まで！				31	火	ヨガ 水中エアロA 成人クロールクラス キッズダンスAB

当日参加型プログラム

※予約なしで直接参加OK！1回から参加して頂けます。

水中エアロA	1回 800円	火曜日 10:10～11:00
水中エアロB		水曜日 11:10～12:00
水中エアロC		金曜日 10:10～11:00
ヨガ ※会議室開催	1回 600円	火曜日 10:00～11:00
成人クロールクラス		火曜日 13:10～14:00
成人背泳ぎクラス		水曜日 13:10～14:00
成人平泳ぎクラス		金曜日 13:10～14:00
肩膝腰痛改善水中運動		木曜日 13:00～13:50
ラテン骨盤ダンスエクササイズ ※会議室開催		金曜日 10:00～11:00
ダンスdeエクササイズ	無料 ※別途 利用料	火曜日 13:00～14:00
無料お試しエアロ		月曜日 10:30～11:00
無料ワンポイントレッスン		月曜日 11:10～12:00
無料フィンスイム		月曜日 13:10～14:00
かんたん無料レッスン		金曜日 19:10～20:00
無料水中エアロD		水曜日 19:00～19:30

らくらく水中運動 ※一般の方は参加出来ません	水曜日 14:00～15:00
---------------------------	-----------------

集中参加型プログラム

※往復はがきで申込み(抽選)

小学生スクール	火・木コース (ABCクラス)	火・木曜日 16:35～19:45
	水コース (Aクラスのみ)	水曜日 17:40～18:40
幼児スクール	火・木コース (Aクラスのみ)	火・木曜日 15:30～16:30
	水コース (ABクラス)	水曜日 15:30～17:35
キッズダンス ※会議室開催		火曜日 16:30～18:40
フラダンススクール ※会議室開催		水曜日 10:00～11:00
ピラティススクール ※会議室開催		水曜日 13:50～14:50
キッズヨガスクール ※会議室開催		木曜日 16:00～17:00
幼児体力アップ運動スクール ※会議室開催		金曜日 15:30～16:30

スポーツ振興プログラム

※町田市のスポーツ振興の一環として行われる事業
市内在住、在勤、在学優先
問い合わせは町田市水泳協会へ TEL:042-793-1251

水中ウオーク教室	水曜日 10:00～10:55
初心者水泳教室	木曜日 10:00～10:55
泳法別水泳教室	木曜日 11:05～12:00

ロコモ ※一般の方は参加出来ません	木曜日 13:30～15:00
----------------------	-----------------

利用時間 9:00～21:00(※夏季期間…8:30～21:00) ※利用は20:45まで

休憩時間 12:00 15:00 18:00 各10分間 休館日 毎月第1・3月曜日 ※祝日の場合は翌日

大人	300円	各種 お得な回数券あります
高齢者	100円	
障がい者		
子供	無料	※夏季期間のみ100円

※各日程は予定となります。詳しくはHPをご覧ください。事前にお問い合わせ下さい。