

# 令和 6年 8月機能回復訓練プール予定表 (個人利用時間)

南部福祉会館ホームページ (QRコード)



時間 ①10時～13時10分 ②13時20分～16時30分

7月20日現在

1	木	利用時間 ② 午前中「アクアフィットネス」	16	金	利用時間 ② 午前10:00～11:00「足腰げんき体操」 午前11:30～12:30「水泳教室バタフライ」
2	金	利用時間 ② 午前10:00～11:00「足腰げんき体操」 午前11:30～12:30「水泳教室バタフライ」	17	土	利用時間 ①②
3	土	利用時間 ①②	18	日	お休み
4	日	お休み	19	月	利用時間 ①② ①スイスイウォーキング
5	月	利用時間 ①② ①スイスイウォーキング	20	火	利用時間 ② 午前中「水中健康フラダンス」
6	火	利用時間 ② 午前中「水中健康フラダンス」	21	水	利用時間 ①② ①スイスイウォーキング
7	水	利用時間 ①② ①スイスイウォーキング	22	木	利用時間 ② 午前中「アクアフィットネス」
8	木	利用時間 ② 午前中「団体利用」	23	金	利用時間 ② 午前10:00～11:00「水泳教室クロール」 午前11:30～12:30「水泳教室背泳ぎ・平泳ぎ」
9	金	利用時間 ② 午前10:00～11:00「水泳教室クロール」 午前11:30～12:30「水泳教室背泳ぎ・平泳ぎ」	24	土	利用時間 ①②
10	土	利用時間 ①② ①スイスイウォーキング	25	日	お休み
11	日	お休み	26	月	利用時間 ①② ①スイスイウォーキング
12	月	お休み	27	火	利用時間 ② 午前中「団体利用」
13	火	利用時間 ② 午前中「団体利用」	28	水	利用時間 ①② ①スイスイウォーキング
14	水	利用時間 ①② ①スイスイウォーキング	29	木	利用時間 ② 午前中「団体利用」
15	木	利用時間 ② 午前中「アクアフィットネス」	30	金	利用時間 ①②
			31	土	利用時間 ①②

※ 変更等もありますので、南部福祉会館までご確認ください。(問合せ先 21-3370)