

令和 6年 11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

10月 21日 現在

1	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」	16	土	利用時間 ①②
2	土	利用時間 ①②	17	日	
3	日		18	月	利用時間 ①② ①スイスイウォーキング
4	月		19	火	利用時間 ② 午前中「水中健康フラダンス」
5	火	利用時間 ② 午前中「水中健康フラダンス」	20	水	利用時間 ①② ①スイスイウォーキング
6	水	利用時間 ①② ①スイスイウォーキング	21	木	利用時間 ② 午前中「アクアフィットネス」
7	木	利用時間 ② 午前中「アクアフィットネス」	22	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」
8	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」	23	土	
9	土	利用時間 ①②	24	日	
10	日		25	月	利用時間 ①② ①スイスイウォーキング
11	月	利用時間 ①② ①スイスイウォーキング	26	火	利用時間 ② 午前中「団体利用」
12	火	利用時間 ② 午前中「団体利用」	27	水	利用時間 ①② ①スイスイウォーキング
13	水	利用時間 ①② ①スイスイウォーキング	28	木	利用時間 ② 午前中「アクアフィットネス」
14	木	利用時間 ①②	29	金	利用時間 ①②
15	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」	30	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)