

令和7年 1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

12月20日現在

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