

日	曜	プール一般公開	カルチャー教室	沼影スクール		卓球				
		屋内	第一会議室	第一会議室	第二会議室					
1	日	9:00~15:50				9:00-17:00				
2	月	休館	はじめて太極拳(会費制) 9:15~10:15	体育 親子 10:30-11:15	幼児 15:30-16:30 1~3年 16:35-17:35 3~6年 17:40-18:40	9:00-19:00				
3	火	9:00~15:50	エアロビクス 9:15~10:00 健康ヨガ 10:30~11:30 ストレッチ 11:45~12:45	アロパット 1~3年 16:30-17:30 4~6年 17:40-18:40	中学生~大人 18:50-19:50	9:00-19:00				
4	水	9:00~15:50	健康ヨガ 9:15~10:15 健康ヨガ 10:30~11:30	ダンス 1~3年 16:35-17:35	3~6年 17:40-18:40	1才以下 10:00-10:45 1~2才 11:00-11:45 2~未就学児 12:00-12:45 13:00-19:00				
5	木	9:00~15:50	健康ヨガ 10:30~11:30	体育 幼児 15:30-16:30 1~3年 16:35-17:35	3~6年 17:40-18:40	9:00-19:00				
6	金	9:00~15:50	ピラティス 9:15~10:15 ピラティス 10:30~11:30	体育 幼児 15:30-16:30 1~3年 16:35-17:35	3~6年 17:40-18:40	9:00-19:00				
7	土	9:00~15:50					9:00-17:00			
8	日	9:00~15:50								9:00-17:00
9	月	9:00~15:50								9:00-17:00
10	火	休館	エアロビクス 9:15~10:00 健康ヨガ 10:30~11:30	アロパット 1~3年 16:30-17:30 4~6年 17:40-18:40	中学生~大人 18:50-19:50	9:00-19:00				
11	水	9:00~15:50	健康ヨガ 9:15~10:15 健康ヨガ 10:30~11:30	ダンス 1~3年 16:35-17:35	3~6年 17:40-18:40	1才以下 10:00-10:45 1~2才 11:00-11:45 2~未就学児 12:00-12:45 13:00-19:00				
12	木	9:00~15:50	健康ヨガ 10:30~11:30	体育 幼児 15:30-16:30 1~3年 16:35-17:35	3~6年 17:40-18:40	9:00-19:00				
13	金	9:00~15:50	ピラティス 9:15~10:15 ピラティス 10:30~11:30	体育 幼児 15:30-16:30 1~3年 16:35-17:35	3~6年 17:40-18:40	9:00-19:00				
14	土	9:00~15:50					9:00-17:00			
15	日	9:00~15:50								9:00-17:00
16	月	休館					はじめて太極拳(会費制) 9:15~10:15	体育 親子 10:30-11:15	幼児 15:30-16:30 1~3年 16:35-17:35 3~6年 17:40-18:40	9:00-19:00
17	火	9:00~15:50	エアロビクス 9:15~10:00 健康ヨガ 10:30~11:30 ストレッチ 11:45~12:45	アロパット 1~3年 16:30-17:30 4~6年 17:40-18:40	中学生~大人 18:50-19:50	9:00-19:00				
18	水	9:00~15:50	健康ヨガ 9:15~10:15 健康ヨガ 10:30~11:30	ダンス 1~3年 16:35-17:35	3~6年 17:40-18:40	1才以下 10:00-10:45 1~2才 11:00-11:45 2~未就学児 12:00-12:45 13:00-19:00				
19	木	9:00~15:50	健康ヨガ 10:30~11:30	体育 幼児 15:30-16:30 1~3年 16:35-17:35	3~6年 17:40-18:40	9:00-19:00				
20	金	9:00~15:50	ピラティス 9:15~10:15 ピラティス 10:30~11:30	体育 幼児 15:30-16:30 1~3年 16:35-17:35	3~6年 17:40-18:40	9:00-19:00				
21	土	9:00~15:50					9:00-17:00			
22	日	9:00~15:50								9:00-17:00
23	月	休館					はじめて太極拳(会費制) 9:15~10:15	体育 親子 10:30-11:15	幼児 15:30-16:30 1~3年 16:35-17:35 3~6年 17:40-18:40	9:00-19:00
24	火	9:00~15:50	エアロビクス 9:15~10:00 健康ヨガ 10:30~11:30 ストレッチ 11:45~12:45	アロパット 1~3年 16:30-17:30 4~6年 17:40-18:40	中学生~大人 18:50-19:50	9:00-19:00				
25	水	9:00~15:50	健康ヨガ 9:15~10:15 健康ヨガ 10:30~11:30	ダンス 1~3年 16:35-17:35	3~6年 17:40-18:40	9:00-19:00				
26	木	9:00~15:50	健康ヨガ 10:30~11:30	体育 幼児 15:30-16:30 1~3年 16:35-17:35	3~6年 17:40-18:40	9:00-19:00				
27	金	9:00~15:50	ピラティス 9:15~10:15 ピラティス 10:30~11:30	体育 幼児 15:30-16:30 1~3年 16:35-17:35	3~6年 17:40-18:40	9:00-19:00				
28	土	9:00~15:50					9:00-17:00			
29	日	9:00~15:50								9:00-17:00
30	月	休館					はじめて太極拳(会費制) 9:15~10:15	体育 親子 10:30-11:15	幼児 15:30-16:30 1~3年 16:35-17:35 3~6年 17:40-18:40	9:00-19:00
31	火	9:00~15:50	エアロビクス 9:15~10:00 健康ヨガ 10:30~11:30 ストレッチ 11:45~12:45			9:00-19:00				

☆屋内25mプール: 月曜日のみ固定の旧館となります。尚、詳しい屋内プールの利用方法は下記HPをご覧ください。

カルチャー教室: 各教室1回500円。毎月20日9時から次月分の予約を承ります。

卓球ルーム: 室内シューズが無いとご利用頂けません。

★HPもごさいます。最新情報も掲載!! ★アドレスはこちら⇒

<http://www.numakage-park.com/>

お問合せ & お申し込み TEL 048-861-9955