

平成31年度

アクアスクール



実施日
休館日

【月曜日】 マンデークラブ 10:00~11:00
健康運動教室 13:30~14:30
初心中級者水泳 19:30~20:30
【木曜日】 アクアエクササイズ 13:30~14:30
初心中級者水泳 14:40~15:40
アクアスイム 19:30~20:30

【金曜日】 水中運動教室 10:30~11:30
健康運動教室 13:30~14:30
アクアピクス 14:40~15:40

4月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | | | | | |

29日 昭和の日 30日 退位の日

5月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

1日 即位の日 2日 国民の休日(休館日)
3日 憲法記念日 4日 みどりの日
5日 子供の日 6日 振替休日

6月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | | | 1 | 2 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |

20日 中体連

7月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | 31 | | | | |

15日 海の日

8月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | |

11日 山の日 12日 振替休日

9月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | | | | | | |

16日 敬老の日 23日 秋分の日

10月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | 31 | | | |

14日 体育の日
22日 即位礼正殿の儀

11月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | |

3日 文化の日 4日 振替休日
23日 勤労感謝の日

12月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | 31 | | | | | |

28日~31日 年末年始休館

1月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

1日~4日 年末年始休館
1日 元旦 13日 成人の日

2月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | | | 1 | 2 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | |

11日 建国記念の日
23日 天皇誕生日 24日 振替休日

3月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | 31 | | | | | |

20日 春分の日

スクールを受講するみなさまへ

- 1 更衣室への入場は、15分前からです。アクセサリ類は外し、化粧は必ず落としてください。
- 2 スクール前後に入水希望の方は、一般利用券を購入してください。
- 3 気分が悪いときは無理をせず入水を控えてください。
- 4 振替について（水中運動教室を除く。）
 - ①スクールをお休みした場合、翌月末まで振替ができます。
ただし、新年度（3月に休んだ分を4月へ）に持ち越すことはできません。
 - ②振替日の変更は受けません。日程が決まってから連絡をお願いします。
当日の連絡でも構いません。
 - ③月を前倒しての振替はできません。例）5月に休む分を4月に受講する。
 - ④休会する月や退会後の振替はできません。
- 5 会員カードは受付窓口へ提出してください。紛失した場合再発行料（200円）が実費負担となります。
- 6 受講する際は指導員、係員の指示に従ってください。

☆緊急時の一斉連絡メール配信の登録をお願いします。

①QRコードを読み込むまたは、アドレスに空メールを送る。

メールの場合、**05で始まる下記5桁の番号@nopamail.jp**に送信する。（例）05033@nopamail.jp

②返信されてきたメールに記載されているURLにアクセスする。

③登録するパスワード(半角英数字6～8文字)と登録名(ご本人フルネーム)を入力し、登録ボタンをクリックする。

健康運動(月)
05033



健康運動(金)
05034



初心中級(月)
05035



初心中級(木)
05036



アクアスイム
05037



アクア
エクササイズ
05038



アクアピクス
05039



水中運動教室
05032



マンデークラブ
05031

