

雲南市加茂B&G海洋センター大人のプールプログラム年間日程表

2022年4月～2022年9月

【水中ウォーキング】

月曜日(月2回)

15:00～15:45

No.	日にち	曜日
1	4/11	月
2	4/25	月
3	5/16	月
4	5/30	月
5	6/13	月
6	6/27	月
7	7/11	月
8	7/25	月
9	8/8	月
10	8/29	月
11	9/12	月
12	9/26	月

【いきいき水中運動】

木曜日

10:30～11:15

No.	日にち	曜日
1	4/7	木
2	4/14	木
3	4/21	木
4	4/28	木
-	5/5	木・祝 休み
5	5/12	木
6	5/19	木
7	5/26	木
8	6/2	木
9	6/9	木
10	6/16	木
11	6/23	木
12	6/30	木
13	7/7	木
14	7/14	木
15	7/21	木
16	7/28	木
17	8/4	木
-	8/11	木・祝 休み
18	8/18	木
19	8/25	木
20	9/1	木
21	9/8	木
22	9/15	木
23	9/22	木
24	9/29	木

【プールリハ教室】

木曜日

13:30～16:30

No.	日にち	曜日
1	4/7	木
2	4/14	木
3	4/21	木
4	4/28	木
-	5/5	木・祝 休み
5	5/12	木
6	5/19	木
7	5/26	木
8	6/2	木
9	6/9	木
10	6/16	木
11	6/23	木
12	6/30	木
13	7/7	木
14	7/14	木
15	7/21	木
16	7/28	木
17	8/4	木
-	8/11	木・祝 休み
18	8/18	木
19	8/25	木
20	9/1	木
21	9/8	木
22	9/15	木
23	9/22	木
24	9/29	木

【ゆるらく水中運動】

月曜日

10:30～10:50、11:00～11:20

No.	日にち	曜日
1	4/4	月
2	4/11	月
3	4/18	月
4	4/25	月
-	5/2	月 休み
5	5/9	月
6	5/16	月
7	5/23	月
8	5/30	月
9	6/6	月
10	6/13	月
11	6/20	月
12	6/27	月
13	7/4	月
14	7/11	月
-	7/18	月・祝 休み
15	7/25	月
16	8/1	月
17	8/8	月
-	8/15	月 休み
18	8/22	月
19	8/29	月
20	9/5	月
21	9/12	月
-	9/19	月・祝 休み
22	9/26	月

雲南市加茂B&G海洋センター大人のプールプログラム年間日程表

2022年10月～2023年3月

【水中ウォーキング】

月曜日(月2回)

15:00～15:45

No.	日にち	曜日
13	10/17	月
14	10/31	月
15	11/14	月
16	11/28	月
17	12/12	月
18	12/19	月
19	1/16	月
20	1/23	月
21	2/13	月
22	2/27	月
23	3/13	月
24	3/27	月

【いきいき水中運動】

木曜日

10:30～11:15

No.	日にち	曜日
25	10/6	木
26	10/13	木
27	10/20	木
28	10/27	木
29	11/3	木・祝
30	11/10	木
31	11/17	木
32	11/24	木
33	12/1	木
34	12/8	木
35	12/15	木
36	12/22	木
-	12/29	木 休み
-	1/5	木 休み
37	1/12	木
38	1/19	木
39	1/26	木
40	2/2	木
41	2/9	木
42	2/16	木
43	2/23	木・祝
44	3/2	木
45	3/9	木
46	3/16	木
47	3/23	木
48	3/30	木

【プールリハ教室】

木曜日

13:30～16:30

No.	日にち	曜日
25	10/6	木
26	10/13	木
27	10/20	木
28	10/27	木
29	11/3	木・祝
30	11/10	木
31	11/17	木
32	11/24	木
33	12/1	木
34	12/8	木
35	12/15	木
36	12/22	木
-	12/29	木 休み
-	1/5	木 休み
37	1/12	木
38	1/19	木
39	1/26	木
40	2/2	木
41	2/9	木
42	2/16	木
43	2/23	木・祝
44	3/2	木
45	3/9	木
46	3/16	木
47	3/23	木
48	3/30	木

【ゆるらく水中運動】

月曜日

10:30～10:50、11:00～11:20

No.	日にち	曜日
23	10/3	月
-	10/10	月・祝 休み
24	10/17	月
25	10/24	月
26	10/31	月
27	11/7	月
28	11/14	月
29	11/21	月
30	11/28	月
31	12/5	月
32	12/12	月
33	12/19	月
-	12/26	月 休み
-	1/2	月・振 休み
-	1/9	月・祝 休み
34	1/16	月
35	1/23	月
36	1/30	月
37	2/6	月
38	2/13	月
39	2/20	月
40	2/27	月
41	3/6	月
42	3/13	月
43	3/20	月
44	3/27	月

12/25(日)～1/4(水)はプール機器メンテナンス、年末年始休館等のためプール利用は不可です