

光B & G 海洋センター 5月プール予定表 2026/4/19 現在

	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
1 金		クロール(呼吸)	ウェア販売会 4/29~5/6まで							平泳ぎ(キック)		
2 土		フィン水泳	インボティ測定会 4/30~5/6まで									
3 日			スイムカウンセリング 4/30~5/6まで									
4 月												
5 火			★こどもの日 中学生以下はプール無料★									
6 水		浮く具を使った水中Wk										
7 木	休館日											
8 金		リラックスWK	初心者一般	町内小学校による専門使用		SP		学童			初心者一般	
9 土			SP					学童			初心者一般	初心・一般 中高生
10 日		幼児 ①9:30~②10:30~								SP		
11 月	休館日											
12 火		アクア健康	初心者一般	町内小学校による専門使用		SP		学童		水中 170℃ 72		
13 水		国保水中WK	水中WK	町内小学校による専門使用		STL		学童			初心者一般	
14 木		ダイエットWK	STL					学童			初心者一般	
15 金		リラックスWK	初心者一般	町内小学校による専門使用		SP		学童			初心者一般	
16 土			SP					学童			初心者一般	初心・一般 中高生
17 日		幼児 ①9:30~②10:30~								SP		
18 月	休館日											
19 火		アクア健康	初心者一般	町内小学校による専門使用		SP		学童		水中 170℃ 72		
20 水		国保水中WK	水中WK	町内小学校による専門使用		STL		学童			初心者一般	

光B & G 海洋センター 5月プール予定表 2026/4/19 現在

	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
21 木		ダイエットWK	STL					学童				初心者一般
22 金		リラックスWK	初心者一般	町内小学校による専門使用		SP		学童			初心者一般	
23 土			SP					学童			初心者一般	初心・一般 中高生
24 日		幼児 ①9:30~②10:30~								SP		
25 月	休館日											
26 火		アクア健康	初心者一般	町内小学校による専門使用		SP		学童		水中 170℃ 72		
27 水		got	水中WK	町内小学校による専門使用		STL		学童			初心者一般	
28 木		ダイエットWK	STL					学童			初心者一般	
29 金		リラックスWK	初心者一般	町内小学校による専門使用		SP		学童			初心者一般	
30 土			SP					学童			初心者一般	初心・一般 中高生
31 日		幼児 ①9:30~②10:30~								SP		

ショートタイムレッスン(スイム)

火	水	木	金
18:00~18:30	15:00~15:30	11:00~11:30	12:00~12:30

サービスプログラム・ショートタイムレッスンのお知らせ

サービスプログラム(水中ウォーキング)

火	木	金	土	日
14:00~14:30	14:00~14:30	14:00~14:30	10:30~11:00	14:00~14:30

- ゴールデンウィークイベント○ 申込は4/21(火)9:00~受付開始
- ・4/30(木)・5/1(金)クロール(呼吸)、平泳ぎ(キック)教室 定員:8名
  - ・5/2(土)フィン水泳 定員:8名
  - ・5/6(水)浮く具を使った優しい水中WK 定員:12名
  - ・4/30(木)~5/6(水)スイムカウンセリング 4/30(木)~5/6(水)体組成測定

光B & G 海洋センター 5月健康ルーム予定表 2026/4/19 現在

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
1 金													
2 土													
3 日													
4 月													
5 火													
6 水													
7 木	休館日												
8 金													
9 土		ボールストレッチ 9:30~10:15											
10 日													
11 月	休館日												
12 火													
13 水													
14 木													
15 金													
16 土		ボールストレッチ 9:30~10:15											
17 日													
18 月	休館日												
19 火													
20 水													

光B & G 海洋センター 5月健康ルーム予定表 2026/4/19 現在

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
21 木													
22 金													
23 土			ボールストレッチ 9:30~10:15										
24 日													
25 月	休館日												
26 火													
27 水													
28 木													
29 金													
30 土			ボールストレッチ 9:30~10:15										
30 日													


~サービスプログラム~ (各30分)

**水**

11:15~11:45

◇◇お問い合わせ先◇◇  
 横芝光町光B&G海洋センター  
 TEL 0479-84-3510  
 FAX 0479-84-3511  
 指定管理者  
 株式会社フクシ・エンタープライズ  
 hikari-shiosai.com

光B & G 海洋センター ホームページ



ウェア販売会 4/29~5/6まで

インボティ測定会 4/30~5/6まで  
 時間: 9:00~18:00  
 料金: 無料