

光B&G海洋センター 2月プール予定表 2025/1/18 現在

日	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 土		SP						学童	学童		初心者・一般	初心者・一般 中高生
2 日		幼児 ①9:30~/②10:30~										
3 月	休館日											
4 火		アクア健康	初心者一般					学童		水中エアロビクス		
5 水		国保水中WK	水中WK					学童			初心者一般	
6 木		ダイエットWK						学童	学童			初心者一般
7 金		リラックスWK	初心者一般					学童			初心者一般	
8 土		SP						学童	学童		初心者一般	初心者一般 中高生
9 日		幼児 ①9:30~/②10:30~										
10 月	休館日											
11 火												
12 水		国保水中WK	水中WK					学童			初心者一般	
13 木		ダイエットWK						学童	学童			初心者一般
14 金		リラックスWK	初心者一般					学童			初心者一般	
15 土		SP						学童	学童		初心者一般	初心者一般 中高生
16 日		幼児 ①9:30~/②10:30~										
17 月	休館日											
18 火		アクア健康	初心者一般					学童		水中エアロビクス		
19 水		国保水中WK	水中WK					学童			初心者一般	
20 木		ダイエットWK						学童	学童			初心者一般

光B&G海洋センター 2月プール予定表 2025/1/18 現在

日	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 金		リラックスWK	初心者一般					学童			初心者一般	
22 土		SP						学童	学童		初心者一般	初心者一般 中高生
23 日		幼児 ①9:30~/②10:30~										
24 月												
25 火	休館日											
26 水		国保水中WK	水中WK					学童			初心者一般	
27 木		ダイエットWK						学童	学童			初心者一般
28 金		リラックスWK	初心者一般					学童			初心者一般	

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

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

【休館日について】
2月25日 (火) につきましては
前日が祝日営業の為、振替休館日とさせていただきます。

光B&G海洋センター 2月健康ルーム予定表 2025/1/18 現在

日	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 土	筋膜リリース 9:00~9:45												
2 日													
3 月	休館日												
4 火													
5 水			SP										
6 木		SP											
7 金		SP											
8 土	筋膜リリース 9:00~9:45												
9 日													
10 月	休館日												
11 火													
12 水			SP										
13 木		SP											
14 金		SP											
15 土	筋膜リリース 9:00~9:45												
16 日													
17 月	休館日												
18 火													
19 水			SP										
20 木		SP											

光B&G海洋センター 2月健康ルーム予定表 2025/1/18 現在

日	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 金			SP										
22 土		筋膜リリース 9:00~9:45											
23 日													
24 月													
25 火	休館日												
26 水			SP										
27 木		SP											
28 金		SP											

~サービスプログラム~ (各30分)

水	木	金
11:15~11:45	10:00~10:30	9:30~10:00

【お知らせ】

筋膜リリース 【休館日について】
2月25日 (火) につきましては
前日が祝日営業の為、振替休館日とさせていただきます。

土 【筋膜リリースについて】
1月18日 (土) より毎週土曜日に実施いたします。
ご参加条件はお申込みされた方のみとなります。
※筋膜リリース開講中はルームのご利用が出来ませんので予めご了承ください。

9:00~9:45

◇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

