

光B&G海洋センター 3月プール予定表 2026/3/4 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日	①9:30~②10:30~ 幼児 SP											
2月	休館日											
3火	アクア健康	初心者一般			SP			学童			STL	
4水	国保水中WK	水中WK					STL	学童		初心者一般		
5木	ダイエットWK				SP			学童		水中エアロビクス	初心者一般	
6金	リラックスWK	初心者一般			STL			学童		初心者一般		
7土								学童		初心者一般	初心者一般	
8日	①9:30~②10:30~ 幼児 SP											
9月	休館日											
10火	アクア健康	初心者一般			SP			学童			STL	水中エアロビクス
11水	国保水中WK	水中WK					STL	学童		初心者一般		
12木	ダイエットWK				SP			学童		初心者一般		
13金	リラックスWK	初心者一般			STL			学童		初心者一般		
14土								学童		初心者一般	初心者一般	
15日	①9:30~②10:30~ 幼児 SP											
16月	休館日											
17火	アクア健康	初心者一般			SP			学童			STL	水中エアロビクス
18水		水中WK					STL	学童		初心者一般		
19木	ダイエットWK				SP			学童		初心者一般		
20金												

光B&G海洋センター 3月プール予定表 2026/3/4 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土					SP			学童	学童		初心者一般	初心者一般
22日	①9:30~②10:30~ 幼児 SP											
23月	休館日											
24火	アクア健康	初心者一般			SP			学童			STL	水中エアロビクス
25水		水中WK					STL	学童		初心者一般		
26木	ダイエットWK				SP			学童		初心者一般		
27金	リラックスWK	初心者一般			STL			学童		初心者一般		
28土								学童		初心者一般	初心者一般	
29日	SP											
30月	休館日											
31火	アクア健康	初心者一般			SP			学童			STL	

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

水中エアロビクスご参加の皆様へ
 3/31(火)の水中エアロビクスは担当講師の都合によりお休みとなります。
 振替日は、4/2(木)となりますのでお間違えないようお願いいたします。
 皆様にはご迷惑をおかけし申し訳ございませんが、
 ご理解・ご協力の程お願いいたします。

光B&G海洋センター 3月健康ルーム予定表 2026/3/4 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日													
2月	休館日												
3火													
4水			SP										
5木													
6金													
7土	最終リリース 9:00~9:45												
8日													
9月	休館日												
10火													
11水													
12木													
13金													
14土	最終リリース 9:00~9:45												
15日													
16月	休館日												
17火													
18水													
19木													
20金													

光B&G海洋センター 3月健康ルーム予定表 2026/3/4 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土	最終リリース 9:00~9:45												
22日													
23月	休館日												
24火													
25水			SP										
26木													
27金													
28土	最終リリース 9:00~9:45												
29日	イベント 9:00~10:00												
30月	休館日												
31火													


~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



【健康ルーム貸切のお知らせ】
 下記日時におきまして、イベントの為健康ルームを貸切とさせていただきます。
■3/29(日)9:00~10:00
 ご不便をおかけいたしますが、
 皆さまのご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。