

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)	ウェア販売会開催 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★						ちびっ子デー						
6 水	浮く具を使った水中取												
7 木	休館日												
8 金	リラックスWK	初心者一般	STL	町内小学校による専用使用	SP	学童	学童	初心者一般					
9 土	SP	初心者一般				学童	学童	初心者一般	初心者一般	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用使用	SP	学童	STL	水中 170ピク					
13 水		水中WK		町内小学校による専用使用	STL	学童		初心者一般					
14 木	ダイエットWK	STL			SP	学童	学童	初心者一般					
15 金	リラックスWK	初心者一般	STL	町内小学校による専用使用	SP	学童	学童	初心者一般					
16 土	SP	初心者一般				学童	学童	初心者一般	初心者一般	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用使用	SP	学童	STL	水中 170ピク					
20 水		水中WK		町内小学校による専用使用	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					SP	学童	学童			初心者一般
22 金	リラックスWK	初心者一般	STL	町内小学校による専用使用	SP	学童						初心者一般
23 土	SP	初心者一般				学童	学童	初心者一般	初心者一般	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					SP	学童	STL	水中 170ピク		
27 水		水中WK		町内小学校による専用使用	STL	学童						初心者一般
28 木	ダイエットWK	STL					SP	学童	学童			初心者一般
29 金	リラックスWK	初心者一般	STL	町内小学校による専用使用	SP	学童						初心者一般
30 土	SP	初心者一般				学童	学童	初心者一般	初心者一般	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			SP										
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			SP										
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			SP										

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			SP										
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



ウェア販売会開催 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