

光B & G海洋センター 6月プール予定表 2026/5/17 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月	休館日											
2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℃ｸｽ	STL					
3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						
4木	ダイエットWK	STL	SP	学童	学童	初心者一般						
5金	リラックスWK	初心者一般	町内小学校による専門使用	STL	SP	学童	初心者一般					
6土	SP		学童	学童	初心者一般	初心・一般	中高生					
7日	休館日											
8月	休館日											
9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℃ｸｽ	STL					
10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						
11木	ダイエットWK	STL	SP	学童	学童	初心者一般						
12金	リラックスWK	初心者一般	町内小学校による専門使用	STL	SP	学童	初心者一般					
13土	SP		学童	学童	初心者一般	初心・一般	中高生					
14日	県民の日無料開放 (プール・健康ルーム)											
15月	休館日											
16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℃ｸｽ	STL					
17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						
18木	ダイエットWK	STL	SP	学童	学童	初心者一般						
19金	リラックスWK	初心者一般	町内小学校による専門使用	STL	SP	学童	初心者一般					
20土	SP		学童	学童	初心者一般	初心・一般	中高生					

光B & G海洋センター 6月プール予定表 2026/5/17 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日	幼児①9:30~②10:30~				SP							
22月	休館日											
23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℃ｸｽ	STL					
24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						
25木	ダイエットWK	STL	SP	学童	学童	初心者一般						
26金	リラックスWK	初心者一般	町内小学校による専門使用	STL	SP	学童	初心者一般					
27土	SP		学童	学童	初心者一般	初心・一般	中高生					
28日	休館日											
29月	休館日											
30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℃ｸｽ	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
15:00~15:30	14:00~14:30	15:00~15:30	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	
18:00~18:45	15:00~15:45	11:00~11:45	12:00~12:45	

光B & G海洋センター 6月健康ルーム予定表 2026/5/17 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月	休館日												
2火													
3水			SP										
4木													
5金													
6土													
7日													
8月	休館日												
9火													
10水			SP										
11木													
12金													
13土	筋膜リリース												
14日	県民の日無料開放 (プール・健康ルーム)												
15月	休館日												
16火													
17水			SP										
18木													
19金													
20土	筋膜リリース												

光B & G海洋センター 6月健康ルーム予定表 2026/5/17 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日													
22月	休館日												
23火													
24水			SP										
25木													
26金													
27土	筋膜リリース												
28日	休館日												
29月	休館日												
30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



**【筋膜リリース教室】**  
 日程：6/13(土)~8/1(土)まで  
 毎週土曜日 (6/13、20、27、7/6、11、18、25、8/1) 全8回  
 時間：9:00~9:45  
 場所：光しおさい公園・健康ルーム  
 参加費：一般 6,000円 65歳以上 4,500円  
 申込開始：5/26 (火) から  
 定員：6名