

「水泳教室」カレンダー 2025年10月～12月

| 10月           |              |             |           |           |               |               | お知らせ                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------|--------------|-------------|-----------|-----------|---------------|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 日             | 月            | 火           | 水         | 木         | 金             | 土             | ★10月教室<br>9月26日（金）～10月30日（木）<br><br>★10月末退会・11月休会手続きは10月10日（金）まで<br>11月～のコース変更は10月30日（木）が受付最終日です<br><br>★10月21日（火）～28日（火）は休館です<br><br>★10月31日（金）は11月教室分です                                                                |
|               |              |             |           |           | 9/26<br>10月①  | 9/27<br>10月①  |                                                                                                                                                                                                                          |
| 9/28<br>10月①  | 9/29<br>10月① | 9/30<br>休館日 | 1<br>①    | 2<br>①    | 3<br>②        | 4<br>②        |                                                                                                                                                                                                                          |
| 5<br>②        | 6<br>②       | 7<br>休館日    | 8<br>②    | 9<br>②    | 10<br>③       | 11<br>③       |                                                                                                                                                                                                                          |
| 12<br>③       | 13<br>③      | 14<br>休館日   | 15<br>③   | 16<br>③   | 17<br>④       | 18<br>④       |                                                                                                                                                                                                                          |
| 19<br>④       | 20<br>④      | 21<br>休館日   | 22<br>休館日 | 23<br>休館日 | 24<br>休館日     | 25<br>休館日     |                                                                                                                                                                                                                          |
| 26<br>休館日     | 27<br>休館日    | 28<br>休館日   | 29<br>④   | 30<br>④   | 31<br>11月分    |               | ★11月教室<br>10月31日（金）～11月27日（木）<br><br>★11月末退会・12月休会手続きは11月10日（月）まで<br>12月～のコース変更は11月27日（木）が受付最終日です<br><br>★進級テストは<br>11月21日（金）～27日（木）です<br>記名した練習級のテスト用紙1枚のみを連絡袋に入れて<br>プールサイドまでお持ちください<br><br>★11月28日（金）～30日（日）は12月教室分です |
| 11月           |              |             |           |           |               |               |                                                                                                                                                                                                                          |
| 日             | 月            | 火           | 水         | 木         | 金             | 土             |                                                                                                                                                                                                                          |
|               |              |             |           |           | 10/31<br>11月① | 1<br>①        |                                                                                                                                                                                                                          |
| 2<br>①        | 3<br>①       | 4<br>休館日    | 5<br>①    | 6<br>①    | 7<br>②        | 8<br>②        |                                                                                                                                                                                                                          |
| 9<br>②        | 10<br>②      | 11<br>休館日   | 12<br>②   | 13<br>②   | 14<br>③       | 15<br>③       |                                                                                                                                                                                                                          |
| 16<br>③       | 17<br>③      | 18<br>休館日   | 19<br>③   | 20<br>③   | 21<br>テスト     | 22<br>テスト     |                                                                                                                                                                                                                          |
| 23<br>テスト     | 24<br>テスト    | 25<br>休館日   | 26<br>テスト | 27<br>テスト | 28<br>12月分    | 29<br>12月分    | ★12月教室<br>11月28日（金）～12月25日（木）<br><br>★12月末退会・R8年1月休会手続きは12月10日（水）まで<br>R8年1月～のコース変更は12月25日（木）が受付最終日<br>です<br><br>★12月26日（金）～29日（月）は休講です<br>年末休館日は後日改めてお知らせいたします                                                          |
| 30<br>12月分    |              |             |           |           |               |               |                                                                                                                                                                                                                          |
| 12月           |              |             |           |           |               |               |                                                                                                                                                                                                                          |
| 日             | 月            | 火           | 水         | 木         | 金             | 土             |                                                                                                                                                                                                                          |
|               |              |             |           |           | 11/28<br>12月① | 11/29<br>12月① |                                                                                                                                                                                                                          |
| 11/30<br>12月① | 1<br>①       | 2<br>休館日    | 3<br>①    | 4<br>①    | 5<br>②        | 6<br>②        |                                                                                                                                                                                                                          |
| 7<br>②        | 8<br>②       | 9<br>休館日    | 10<br>②   | 11<br>②   | 12<br>③       | 13<br>③       |                                                                                                                                                                                                                          |
| 14<br>③       | 15<br>③      | 16<br>休館日   | 17<br>③   | 18<br>③   | 19<br>④       | 20<br>④       |                                                                                                                                                                                                                          |
| 21<br>④       | 22<br>④      | 23<br>休館日   | 24<br>④   | 25<br>④   | 26<br>休講      | 27<br>休講      |                                                                                                                                                                                                                          |
| 28<br>休講      | 29<br>休講     | 30<br>休館日   | 31<br>休館日 |           |               |               |                                                                                                                                                                                                                          |

○子供スイミング教室振替予約

（1度お取りいただいた振替のキャンセル・変更はできません あらかじめご了承ください）

|               | 予約受付開始日   |               | 予約受付開始日   |
|---------------|-----------|---------------|-----------|
| 10月教室分を10月に振替 | 9月25日（木）  | 10月教室分を11月に振替 | 10月17日（金） |
| 11月教室分を11月に振替 | 10月30日（木） | 11月教室分を12月に振替 | 11月21日（金） |
| 12月教室分を12月に振替 | 11月27日（木） | 12月教室分を1月に振替  | 12月19日（金） |

教室カレンダー、その他ご案内は

すこやかプラザからのお知らせ

検索

または



からもご確認いただけます

「健康教室」カレンダー 2025年10月～12月

| 10月           |              |             |           |           |               |               | お知らせ                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------|--------------|-------------|-----------|-----------|---------------|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 日             | 月            | 火           | 水         | 木         | 金             | 土             | ★10月教室<br><u>9月26日（金）～10月30日（木）</u><br><br>★子供体操教室は<br>月曜クラス 9月29日・10月6日・13日・20日<br>水曜クラス 10月 1日・8日・15日・29日<br><br>★10月末退会・11月休会手続きは <u>10月10日（金）</u> まで<br>11月～のコース変更は10月30日（木）が受付最終日です<br><br>★ <u>10月21日（火）～28日（火）</u> は休館です<br><br>★ <u>10月31日（金）</u> は11月教室分です       |
|               |              |             |           |           | 9/26<br>10月①  | 9/27<br>10月①  |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 9/28<br>10月①  | 9/29<br>10月① | 9/30<br>休館日 | 1<br>①    | 2<br>①    | 3<br>②        | 4<br>②        |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 5<br>②        | 6<br>②       | 7<br>休館日    | 8<br>②    | 9<br>②    | 10<br>③       | 11<br>③       |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 12<br>③       | 13<br>③      | 14<br>休館日   | 15<br>③   | 16<br>③   | 17<br>④       | 18<br>④       |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 19<br>④       | 20<br>④      | 21<br>休館日   | 22<br>休館日 | 23<br>休館日 | 24<br>休館日     | 25<br>休館日     |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 26<br>休館日     | 27<br>休館日    | 28<br>休館日   | 29<br>④   | 30<br>④   | 31<br>11月分    |               |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 11月           |              |             |           |           |               |               | お知らせ<br><br>★11月教室<br><u>10月31日（金）～11月27日（木）</u><br><br>★子供体操教室は<br>月曜クラス 11月3日・10日・17日・24日<br>水曜クラス 11月5日・12日・19日・26日<br><br>★11月末退会・12月休会手続きは <u>11月10日（月）</u> まで<br>12月～のコース変更は11月27日（木）が受付最終日です<br><br>★ <u>11月28日（金）～30日（日）</u> は12月教室分です                            |
| 日             | 月            | 火           | 水         | 木         | 金             | 土             |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|               |              |             |           |           | 10/31<br>11月① | 1<br>①        |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 2<br>①        | 3<br>①       | 4<br>休館日    | 5<br>①    | 6<br>①    | 7<br>②        | 8<br>②        |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 9<br>②        | 10<br>②      | 11<br>休館日   | 12<br>②   | 13<br>②   | 14<br>③       | 15<br>③       |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 16<br>③       | 17<br>③      | 18<br>休館日   | 19<br>③   | 20<br>③   | 21<br>④       | 22<br>④       |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 23<br>④       | 24<br>④      | 25<br>休館日   | 26<br>④   | 27<br>④   | 28<br>12月分    | 29<br>12月分    |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 30<br>12月分    |              |             |           |           |               |               |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 12月           |              |             |           |           |               |               | お知らせ<br><br>★12月教室<br><u>11月28日（金）～12月25日（木）</u><br><br>★子供体操教室は<br>月曜クラス 12月1日・8日・15日・22日<br>水曜クラス 12月3日・10日・17日・24日<br><br>★12月末退会・R8年1月休会手続きは <u>12月10日（水）</u> まで<br>R8年1月～のコース変更は12月25日（木）が受付最終日<br>です<br><br>★ <u>12月26日（金）～29日（月）</u> は休講です<br>年末休館日は後日改めてお知らせいたします |
| 日             | 月            | 火           | 水         | 木         | 金             | 土             |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|               |              |             |           |           | 11/28<br>12月① | 11/29<br>12月① |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 11/30<br>12月① | 1<br>①       | 2<br>休館日    | 3<br>①    | 4<br>①    | 5<br>②        | 6<br>②        |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 7<br>②        | 8<br>②       | 9<br>休館日    | 10<br>②   | 11<br>②   | 12<br>③       | 13<br>③       |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 14<br>③       | 15<br>③      | 16<br>休館日   | 17<br>③   | 18<br>③   | 19<br>④       | 20<br>④       |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 21<br>④       | 22<br>④      | 23<br>休館日   | 24<br>④   | 25<br>④   | 26<br>休講      | 27<br>休講      |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 28<br>休講      | 29<br>休講     | 30<br>休館日   | 31<br>休館日 |           |               |               |                                                                                                                                                                                                                                                                           |

★ 健康教室 ★ ①1週目 ②2週目 ③3週目 ④4週目

月曜 20:00～ 週替わりプログラム

①ズバ ②背骨コンディショニング ③ピラティス&ストレッチ ④おたのしみ体操

水曜 14:15～ ①③ ボディコンバット / ②④ ボディアタック

15:15～ ①③ ヨガストレッチ / ②④ 背骨コンディショニング

20:00～ ①③ ボディパンプ / ②④ ボディコンバット

金曜 14:15～ ①③ ボディパンプ / ②④ ピラティス

教室カレンダー、その他ご案内は

すこやかプラザからのお知らせ

検索

または



からもご確認いただけます