

# さいたま市健康福祉センター 西楽園

8月

## 西楽園からのお知らせ

### \*トピックス\*

#### リフレッシュルームについて

時間：①10:45～11:15  
内容：ゆっくりプログラム  
時間：②13:15～13:45  
内容：セラバンド体操  
時間：③16:30～17:00  
内容：ガンバルーン体操

#### 移動図書館「宝くじ号」の巡回のお知らせ

巡回日：8月18日（火）  
時間：13:20～13:50  
場所：西楽園玄関前  
※雨天の場合中止となります。

#### ※INBODY測定会のお知らせ

筋肉量・脂肪量等の計測を行います。  
日付：8月4日（火）  
時間：11:30～12:30 / 15:00～16:00  
場所：受付前  
混雑している際はお待ち頂く事もあります。予めご了承ください。

### \*8月の利用案内\*

#### 8月より「かんたんエアロ」増設しました！◆5日→舟木R 12:26日→日野R◆

日時： 8月5日(水) 13:30～14:15      8月12・26日(水) 11:00～11:45  
場所： 2階 会議室  
参加費： 1回 300円（入館料は別途必要となります）  
申込み方法： 開始1時間前（10時）から事務所窓口にて申し込み・お支払いをお願いします。  
先着順で定員（15名）になり次第、受付は終了します。

開館時間：午前9時～午後9時（最終入館 午後8時）  
プール：午前9時～午後8時20分まで  
お風呂：午前9時～午後8時30分まで

◆休館日◆  
原則月曜日  
（月曜日が祝日に  
当たる場合は翌日）

8月1日より無料送迎バス  
（西楽園発→指扇駅着）  
一部ダイヤ変更で運行スタートします！

さいたま市健康福祉センター西楽園  
〒331-0074  
埼玉県さいたま市西区大字宝来60番地1  
☎ 048-624-0486



指定管理者：  シンコースポーツ株式会社  
<http://www.shinko-sports.com>

# 8月



## さいたま市健康福祉センター西楽園 カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						<b>1</b> 無料送迎バス 新運行ダイヤ開始 施設11月予約日
<b>2</b>	<b>3</b> 休館日	<b>4</b> INBODY測定会 11:30~12:30 15:00~16:00	<b>5</b> 健康相談 NEW かんたんエアロ 13:30~14:15 舟木IR	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>
<b>9</b>	<b>10</b> 休館日	<b>11</b>	<b>12</b> かんたんエアロ 11:00~11:45 日野IR	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
<b>16</b>	<b>17</b> 休館日	<b>18</b> 移動図書 「宝くじ号」 ※雨天中止	<b>19</b> 健康相談	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>
<b>23</b>	<b>24</b> 休館日	<b>25</b>	<b>26</b> 健康相談 かんたんエアロ 11:00~11:45 日野IR ~ヒノキ風呂~	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>
<b>30</b>	<b>31</b> 休館日		夏の疲労回復に最適!! 森林の中にあるようなリラックス効果も期待できます☆			