

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



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
						1 無料送迎バス 新運行ダイヤ開始 施設11月予約日
2	3 休館日	4 INBODY測定会 11:30~12:30 15:00~16:00	5 健康相談 NEW かんたんエアロ 13:30~14:15 舟木IR	6	7	8
9	10 休館日	11	12 かんたんエアロ 11:00~11:45 日野IR	13	14	15
16	17 休館日	18 移動図書 「宝くじ号」 ※雨天中止	19 健康相談	20	21	22
23	24 休館日	25	26 健康相談 かんたんエアロ 11:00~11:45 日野IR ~ヒノキ風呂~	27	28	29
30	31 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☆			