

さいたま市健康福祉センター 西楽園

9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：ガンバルーン体操

時間：②13：15～13：45

内容：ゆっくりプログラム

時間：③16：30～17：00

内容：セラバンド体操

移動図書館「宝くじ号」の巡回のお知らせ

巡回日：9月1・15・29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：9月9日（水）

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。

9月の利用案内

◆かんたんエアロのお知らせ◆

日時： 9月2日(水) 13：30～14：15 9月9・30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。

～プール休場のお知らせ～

9/25(金)～9/29(火)プール点検のため休場となります。

ご理解・ご協力お願いいたします。

9月5日より秋期スポーツ教室
申込み受付スタートします！
※一部教室は当日受付になります。

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>

9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 移動図書 「宝くじ号」 ※雨天中止 施設12月予約日	2 健康相談 かんたんエアロ 13:30~14:15 舟木IR	3 ~初日~ 初級アクアウォーキング ※11:00~12:00 フールコース変更有り	4 ~初日~ ヨガとバランスアップ 中級アクアウォーキング ※11:00~12:00 フールコース変更有り	5 秋期スポーツ教室 申込み受付日
	6	7 休館日	8	9 健康相談 INBODY測定会 かんたんエアロ 11:00~11:45 日野IR	10 ※11:00~12:00 フールコース変更有り	11 ※11:00~12:00 フールコース変更有り
13 大広間団体 全貸切	14 休館日	15 移動図書 「宝くじ号」 ※雨天中止	16 健康相談	17 ※11:00~12:00 フールコース変更有り	18 ※11:00~12:00 フールコース変更有り	19
20	21 敬老の日 健康イベント実施予定 お楽しみに★	22 国民の休日	23 秋分の日	24 休館日	25 フール休場	26 フール休場
27 フール休場	28 休館日	29 移動図書 「宝くじ号」 ※雨天中止 フール休場	30 かんたんエアロ 11:00~11:45 日野IR	★秋季スポーツ教室について★ 今回より各教室、事前申し込みクラスと当日申し込みクラスで申し込み方法が異なります。 事前申し込みクラス・・・初級クロール・中級背泳ぎ・はじめて太極拳・親子体操（9月5日（土）より受付開始） 当日申し込みクラス・・・うきうきスイム・初級アクアウォーキング・中級アクアウォーキング・ヨガとバランスアップ ※申し込み方法詳細等はお問い合わせください。		
	9/25~29までフールは休場となります。 9/21「敬老の日」健康イベント予定しております。 後日別紙にてお知らせいたします。					