

さいたま市健康福祉センター 西楽園

2月

西楽園★教室★スタンプラリー

1/27(日)～2/5(火)の8日間

対象の教室に参加してスタンプを5コ集めると

「教室1回無料券をプレゼント!!!」

※1/8～受付にてスタンプ台帳配布します。

※詳しくは館内のpopをご確認ください。



カキラ ～KaQiLa～

2月6日(水) 17時～18時

場所 2階会議室1

料金 300円

定員15名(定員になり次第締切り)

1/8より受付にて申込み中

※詳しくは館内POPにてご確認ください



西楽園からのお知らせ

当日 申し込み教室のご案内 ※1回300円

○かんたんエアロ	2/6・13・20・27日	(水) 11時～12時	定員15名
○やさしい水中エクササイズ	2/13・20・27日	(水) 17時半～18時半	定員20名
○初級アクアウォーキング	2/14・21・28日	(木) 11時～12時	定員30名
○ゆらぎのヨガ	2/7・14・21・28日	(木) 14時～15時	定員20名
○中級アクアウォーキング	2/8・15日	(金) 11時～12時	定員30名

第3期スポーツ教室(事前申込教室)初日のご案内

●初級クロール教室	2/13(水) 9時半～10時半
●バタフライ教室	2/14(木) 13時～14時
●ヨガとバランスアップ	2/1(金) 14時～15時半
●平泳ぎ教室	2/9(土) 9時半～10時半
●親子体操	2/16(土) 13時40分～14時40分
●はじめて太極拳	2/2(土) 15時～16時半

※ヨガ・太極拳の教室以外追加募集中です。お申込みは事務所窓口にて!

◆インボディ測定会のお知らせ◆

～筋肉量・脂肪量等の計測を行います～

日付:2月7日(木) 場所:受付前

時間:11:30～12:30(最終受付12:15)

15:00～16:00(最終受付15:45)

混雑している際にはお待ち頂く事もあります。

予めご了承ください。



<フール休場のお知らせ>

1/29(火)～2/7(木)

フール点検、清掃の為
フールのみ休場となります。

予めご了承ください。



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



シンコースポーツ株式会社
http://www.shinko-sports.com

指定管理者:

2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	
<p style="text-align: center;"><u>○リフレッシュルームのご案内○</u></p> <p>①10:45~11:15 内容:セラバンド体操 ②13:15~13:45 内容:ゆっくりプログラム ③16:30~17:00 内容:ゆっくりプログラム</p>					1 施設5月予約日 ★リフレ体操 (スタンフラー対象)	2 ★気功体操 (スタンフラー対象)	
3 カゼ (スタンフラー対象)	4 休館日	5 整体営業日 ★リフレ体操 (スタンフラー対象)	6 かんたんエアロ 11:00~12:00 カキラ 17:00~18:00 健康相談	7 整体営業日 ゆらぎのヨガ 14:00~15:00 インボテイ測定会	8 ※11:00~12:00 フールコース変更あり	9 ※9:30~10:30 フールコース変更あり	
1/27(日)~2/7(木) フールのみ休場となります							
10	11 建国記念日 (通常営業)	12 休館日 移動図書 「宝くじ号」 ★雨天中止	13 かんたんエアロ 11:00~12:00 ※9:30~10:30 ※17:30~18:30 フールコース変更あり 健康相談	14 整体営業日 ゆらぎのヨガ 14:00~15:00 ※11:00~12:00 ※13:00~14:00 フールコース変更あり	15 ※11:00~12:00 フールコース変更あり	16 ※9:30~10:30 フールコース変更あり	
17 ※10:00~11:15 フールコース変更あり 水泳イベント 源 純夏さんによる クロール教室	18 休館日	19 整体営業日	20 かんたんエアロ 11:00~12:00 ※9:30~10:30 ※17:30~18:30 フールコース変更あり 健康相談	21 整体営業日 ※11:00~12:00 ※13:00~14:00 フールコース変更あり ゆらぎのヨガ 14:00~15:00 大広間半貸切	22	23 ※9:30~10:30 フールコース変更あり	
24	25 休館日	26 整体営業日 移動図書 「宝くじ号」 ★雨天中止 風呂の日イベント	27 かんたんエアロ 11:00~12:00 ※9:30~10:30 ※17:30~18:30 フールコース変更あり	28 整体営業日 ※11:00~12:00 ※13:00~14:00 フールコース変更あり ゆらぎのヨガ 14:00~15:00 介護相談会	介護相談会のご案内 2月28日(木) 12:30~14:30 場所*1階受付前 特設カウンター ※包括支援センターによる 介護相談会を開催します。		
	移動図書「宝くじ号」 ★雨天中止 2月12日・26日			~特別水泳イベント~ 競泳オリンピック 源 純夏さんによるステップ アップ! クロール教室 ★日時 2月17日(日) 10:00~12:30 ★料金:500円(入場料含む) *詳しくは館内POPをご覧ください			