



令和5年7月 かみんぐ 行事日程



日付		2.5mプール (6・7・8コースは水深調整台コース)								幼児用プール	歩行浴プール	会議室	
		1コース	2コース	3コース	4コース	5コース	調整台1(柵側)		調整台2(サイド側)				
							6コース	7コース	8コース				
1	土				つくしんぼの会 14:00~15:00				つくしんぼの会 14:00~15:00			ヨガ 10:30~11:15 子供運動教室 11:30~12:20	
2	日						ドルフィンD 15:50~17:00(1/2)		ドルフィンD 15:50~17:00				
3	月	休館日											
4	火				クロール・背泳ぎ初級 11:30~12:20	久根別小学校 支援学級 25人 10:00~12:00							
						谷川小学校 3・4年 29人 13:00~15:00							
						ジュニアスイミング 15:50~16:50				幼児スイミング 14:50~15:50		水泳協会 14:00~15:00	
5	水				中級4種 10:30~11:20	久根別小学校 4年 27人 10:00~12:00							骨盤体操 11:50~12:40
						石別中学校 全学年25人 13:00~15:00							イスヨガ&ストレッチ 12:50~13:40
					水泳協会 14:00~15:00								
6	木				ドルフィンB 17:50~18:30	ドルフィンB 17:00~18:30			ドルフィンB 16:50~18:30				
					平泳ぎ・バタフライ初級 10:50~11:40	久根別小学校 1年 28人 10:00~12:00						ウォーターエアロ 13:00~13:45	腰痛肩こり改善 12:00~12:50
					NMC 13:00~14:00	石別小学校 全学年10人 12:40~14:00							
7	金								幼児スイミング 15:00~16:00				
						ジュニアスイミング 16:00~17:00			ジュニアスイミング 16:00~17:00				
						ジュニアスイミング 17:00~18:00			ジュニアスイミング 17:00~18:00				
8	土								ドルフィンA2 16:50~17:30				
					水泳協会 19:00~20:00	水泳協会 18:30~20:00			水泳協会 18:50~20:00				
												水泳協会 18:30~19:00	
9	日						ドルフィンD 15:50~17:00(1/2)		ドルフィンD 15:50~17:00			ヨガ 10:30~11:15 子供運動教室 11:30~12:20	
10	月	休館日											
11	火				クロール・背泳ぎ初級 11:30~12:20	久根別小学校 4年 26人 13:00~15:00							
									幼児スイミング 14:50~15:50		水泳協会 14:00~15:00		
						ジュニアスイミング 15:50~16:50			ジュニアスイミング 15:50~16:50				
12	水				中級4種 10:30~11:20	久根別小学校 支援学級 25人 10:00~12:00							骨盤体操 11:50~12:40
						谷川小学校 5・6年 29人 13:00~15:00							イスヨガ&ストレッチ 12:50~13:40
					水泳協会 14:00~15:00								
13	木				ドルフィンB 17:50~18:30	ドルフィンB 17:00~18:30			ドルフィンB 16:50~18:30				
					平泳ぎ・バタフライ初級 10:50~11:40	久根別小学校 2年 31人 10:00~12:00						ウォーターエアロ 13:00~13:45	腰痛肩こり改善 12:00~12:50
					NMC 13:00~14:00	上磯小学校 4年 57人 13:00~15:00							
14	金								幼児スイミング 15:00~16:00				
						ジュニアスイミング 16:00~17:00			ジュニアスイミング 16:00~17:00				
						ジュニアスイミング 17:00~18:00			ジュニアスイミング 17:00~18:00				
15	土								ドルフィンA2 16:50~17:30				
					水泳協会 19:00~20:00	水泳協会 18:30~20:00			水泳協会 18:50~20:00				
												水泳協会 18:30~19:00	
※毎月第3土曜日 (午前10:00~12:00) 北斗市小中学生 無料開放日													
15	土				つくしんぼの会 14:00~15:00				つくしんぼの会 14:00~15:00			ヨガ 10:30~11:15 子供運動教室 11:30~12:20	

16	日					ジュニア水泳教室 10:10~11:10(1/2)	ジュニア水泳教室 10:10~11:10					
17	月				初級水泳 18:30~19:20	ジュノーミング 17:00~18:00						
18	火	休館日										
19	水	休館日										
20	木			平泳ぎ・バタフライ初級 10:50~11:40	久根別小学校 2年 31人 10:00~12:00				ウォーターエアロ 13:00~13:45	腰痛肩こり改善 12:00~12:50		
					NMC 13:00~14:00		幼児スイミング 15:00~16:00					
					ジュニアスイミング 16:00~17:00		ジュニアスイミング 16:00~17:00					
					ドルフィンA2 17:30~18:30		ドルフィンA2 16:50~17:30					
21	金			水泳協会 19:00~20:00	水泳協会 18:30~20:00		水泳協会 18:50~20:00					
					石別小学校 全学年10人 10:00~12:00			水中運動 13:00~13:50				
				平泳ぎ・バタフライ初級 12:00~12:50	久根別小学校 3年 31人 13:00~15:00							
					ジュニアスイミング 16:00~17:00		ジュニアスイミング 16:00~17:00					
22	土			ジュニアスイミング 17:00~18:00	ドルフィンA1 17:40~18:30	ドルフィンA1 17:00~18:30	ジュニアスイミング 17:00~18:00	ドルフィンA1 16:50~17:40				
					水泳協会 19:00~20:00	水泳協会 19:00~20:00			水泳協会 18:30~19:00			
						ドルフィンD 15:50~17:00(1/2)	ドルフィンD 15:50~17:00		水泳協会 18:30~19:00			
						ジュノーミング 17:00~18:00			ヨガ 10:30~11:15			
23	日			初級水泳 18:30~19:20		ジュニア水泳教室 10:10~11:10(1/2)	ジュニア水泳教室 10:10~11:10		子供運動教室 11:30~12:20			
24	月	休館日										
25	火			クロール・背泳ぎ初級 11:30~12:20	谷川小学校 1・2年 28人 10:00~12:00							
					ジュニアスイミング 15:50~16:50		幼児スイミング 14:50~15:50		水泳協会 14:00~15:00			
					ドルフィンC 17:50~18:30	ドルフィンC 17:00~18:30	ドルフィンC 16:50~17:00					
26	水			中級4種 10:30~11:20						骨盤体操 11:50~12:40		
				水泳協会 14:00~15:00		水泳協会 13:50~15:00			イスヨガ&ストレッチ 12:50~13:40			
				ドルフィンB 17:50~18:30	ドルフィンB 17:00~18:30	ドルフィンB 16:50~18:30						
27	木			平泳ぎ・バタフライ初級 10:50~11:40					ウォーターエアロ 13:00~13:45	腰痛肩こり改善 12:00~12:50		
					NMC 13:00~14:00		幼児スイミング 15:00~16:00					
					ジュニアスイミング 16:00~17:00		ジュニアスイミング 16:00~17:00					
					ドルフィンA2 17:30~18:30		ドルフィンA2 16:50~17:30					
28	金			水泳協会 19:00~20:00	水泳協会 18:30~20:00		水泳協会 18:50~20:00					
				平泳ぎ・バタフライ初級 12:00~12:50				水中運動 13:00~13:50				
				ジュニアスイミング 17:00~18:00	ドルフィンA1 17:40~18:30	ドルフィンA1 17:00~18:30	ジュニアスイミング 17:00~18:00	ドルフィンA1 16:50~17:40				
					水泳協会 19:00~20:00	水泳協会 19:00~20:00			水泳協会 18:30~19:00			
29	土					ドルフィンD 15:50~17:00(1/2)	ドルフィンD 15:50~17:00		ヨガ 10:30~11:15			
30	日					ジュノーミング 17:00~18:00			子供運動教室 11:30~12:20			
31	月	休館日										
		1コース	2コース	3コース	4コース	5コース	6コース	7コース	8コース	幼児用プール	歩行浴プール	会議室

- ・各コースに団体利用等が入っている場合は、利用できないことがありますので、ご協力願います。
- ・午後5時以降の小学生以下、午後6時以降の中学生の利用については、クラブの指導者または保護者同伴でなければ利用できません。
- ・毎月第3土曜日は「市内小中学生」無料開放日となっています。