



令和8年2月 かみんぐ 行事日程



日付	25mプール(6~7~8コースは水深調整台コース)								会議室
	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	
1 日					北斗市ジュニア水泳教室 10:30~11:30		ジュノーミング 15:00~16:00 初級水泳教室 16:30~19:20		
2 月	休館日								
3 火					基本のクロール 11:30~12:20		幼児スイミング 14:30~15:30 ジュニアスイミング 15:30~16:30		ヨガ 10:20~11:10
4 水					ジュニアスイミング 15:30~16:30	ドルフィンC1 17:00~18:30	ドルフィンC1 17:00~18:30	初級水泳教室 18:30~19:20	水泳稽古 18:30~19:20 骨盤体操 10:20~11:10
5 木					水泳稽古 19:20~20:00		水泳稽古 19:20~20:00	初級水泳教室 11:30~12:20	水泳稽古 18:30~19:20
6 金					HOS 16:00~16:50		HOS 16:00~16:50		水中運動教室2 18:30~19:30
7 土					ドルフィンB 17:00~18:30	NMC 13:00~14:00		ドルフィンB 16:30~17:30	ウォーターエアロ 12:00~12:45
8 日					中級水泳教室 13:00~13:50				健康体操 10:50~11:40
9 月	休館日								
10 火					基本のクロール 11:30~12:20		幼児スイミング 14:30~15:30 ジュニアスイミング 15:30~16:30		ヨガ 10:20~11:10
11 水					ジュニアスイミング 15:30~16:30	ドルフィンC1 17:00~18:30	ドルフィンC1 17:00~18:30	初級水泳教室 18:30~19:20	水泳稽古 18:30~19:20 骨盤体操 10:20~11:10
12 木	休館日								
13 金					初級2泳法 12:00~12:50		ジュニアスイミング 14:00~15:00		水中運動 13:00~13:50
14 土					HOS 10:00~11:00		HOS 10:10~11:00	ジュニアスイミング 14:00~15:00	ゆったりストレッチ 14:20~15:20
15 日					ドルフィンC2 17:30~18:20	ドルフィンC2 17:30~18:20	ドルフィンD1 16:10~16:40	ドルフィンD1 16:00~16:40	椅子ヨガ&ストレッチ 10:30~11:15
16 月	休館日								
17 火					基本のクロール 11:30~12:20		幼児スイミング 14:30~15:30 ジュニアスイミング 15:30~16:30		ヨガ 10:20~11:10
18 水					ジュニアスイミング 15:30~16:30	ドルフィンC1 17:00~18:30	ドルフィンC1 17:00~18:30	初級水泳教室 18:30~19:20	水泳稽古 18:30~19:20
19 木					水泳稽古 19:20~20:00		水泳稽古 19:20~20:00	初級水泳教室 11:30~12:20	骨盤体操 10:20~11:10
20 金					HOS 16:00~16:50		HOS 16:00~16:50	ドルフィンB 16:30~17:30	代謝UP＆コンディショニング 18:00~19:00
21 土					中級水泳教室 13:00~13:50	NMC 13:00~14:00			椅子ヨガ&ストレッチ 10:30~11:15
22 日					ドルフィンA2 17:00~18:30	ドルフィンA2 17:00~18:30	ドルフィンC1 16:10~16:40	ドルフィンC1 16:00~16:40	子供運動教室 11:30~12:20
23 月					ドルフィンC2 17:30~18:20	ドルフィンC2 17:30~18:20	ドルフィンD2 17:00~18:20	ドルフィンD2 16:30~17:30	水中運動教室2 18:30~19:30
24 火	休館日								
25 水	休館日								
26 木					中級水泳教室 13:00~13:50	NMC 13:00~14:00		幼児スイミング 15:00~16:00	ウォーターエアロ 12:00~12:45
27 金					ジュニアスイミング 16:00~17:00	ドルフィンA2 17:00~18:30	ドルフィンA2 17:00~18:30	ドルフィンB 16:30~17:30	健康体操 10:50~11:40
28 土					水泳稽古 19:00~20:00	水泳稽古 18:30~20:00	初級2泳法 12:00~12:50	水泳稽古 18:30~20:00	代謝UP＆コンディショニング 18:00~19:00
	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	会議室

2月21日(土) ★北斗市小中学生無料開放★ 午前10時から午後12時まで 対象:市内在住の小中学生

- 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。