



令和8年5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)								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 金					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	初級2泳法 12:00~12:50		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		水中運動 13:00~13:50	ゆったりストレッチ 14:20~15:20	
2 土			HOS 10:00~11:00		ジュニアスイミング 13:00~14:00	HOS 10:00~11:00		ジュニアスイミング 13:00~14:00			椅子ヨガ&ストレッチ 10:30~11:15 子供運動教室 11:30~12:20	
3 日			スポーツ合宿 15:00~19:00			初級水泳教室 18:30~19:20					スポーツ合宿 15:00~20:00	
4 月			スポーツ合宿 10:00~13:00, 15:00~19:00								スポーツ合宿 10:00~20:00	
5 火			スポーツ合宿 10:00~13:00, 15:00~19:00			基本のクロール 11:30~12:20 初級水泳教室 18:30~19:20					ヨガ 10:20~11:10 スポーツ合宿 11:30~20:00	
6 水			スポーツ合宿 10:00~13:00			初級水泳教室 11:30~12:20		幼児スイミング 15:00~16:00			骨髄体操 10:20~11:10 スポーツ合宿 11:30~18:00	
7 木	休館日											
8 金												
9 土												
10 日												
11 月												
12 火												
13 水												
14 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 ドルフィンD2(1/2) 15:30~16:20	ウォーターエアロ 12:00~12:45 シルバーリフレッシュ 14:00~15:00	健康体操 10:50~11:40		
15 金			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	ドルフィンA 17:30~18:30 水泳協会 19:00~20:00	ドルフィンA 17:00~18:30 水泳協会 18:30~20:00	初級2泳法 12:00~12:50		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		水中運動 13:00~13:50	ゆったりストレッチ 14:20~15:20	
16 土			HOS 10:00~11:00		ジュニアスイミング 13:00~14:00	HOS 10:00~11:00		ジュニアスイミング 13:00~14:00			椅子ヨガ&ストレッチ 10:30~11:15 子供運動教室 11:30~12:20	
17 日			つくしん底の会 14:00~15:00					つくしん底の会 14:00~15:00				
18 月			ドルフィンC2, B2 17:30~18:30	ドルフィンC2, B2 17:00~18:30	ドルフィンS 18:50~20:00 小中学生水泳教室 10:10~11:10	ジュノ-ミング 15:00~16:00 初級水泳教室 18:30~19:20		ドルフィンD1 15:50~16:40 ドルフィンC2, B2 16:50~18:30 ドルフィンS 18:30~18:50				
19 火	休館日											
20 水												
21 木			中級水泳教室 13:00~13:50	NMC 13:00~14:00				親子ふれあい教室1 10:00~11:00 幼児スイミング 14:50~15:50 ジュニアスイミング 15:50~16:50	ウォーターエアロ 12:00~12:45 シルバーリフレッシュ 14:00~15:00	健康体操 10:50~11:40		
22 金			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	ドルフィンA 17:30~18:30 水泳協会 19:00~20:00	ドルフィンA 17:00~18:30 水泳協会 18:30~20:00	初級2泳法 12:00~12:50		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		水中運動 13:00~13:50	ゆったりストレッチ 14:20~15:20	
23 土			HOS 10:00~11:00		ジュニアスイミング 13:00~14:00	HOS 10:00~11:00		ジュニアスイミング 13:00~14:00			椅子ヨガ&ストレッチ 10:30~11:15 子供運動教室 11:30~12:20	
24 日			ドルフィンC2, B2 17:30~18:30	ドルフィンC2, B2 17:00~18:30	ドルフィンS 18:50~20:00 小中学生水泳教室 10:10~11:10	ジュノ-ミング 15:00~16:00		ドルフィンD1 15:50~16:40 ドルフィンC2, B2 16:50~18:30 ドルフィンS 18:30~18:50				
25 月	休館日											
26 火												
27 水			HOS 16:00~16:50	ドルフィンB1 17:40~18:30	ドルフィンB1 17:30~18:30	基本のクロール 11:30~12:20 成人水泳教室1 13:00~14:00		親子ふれあい教室1 10:00~11:00 幼児スイミング 14:50~15:50 ジュニアスイミング 15:50~16:50	ウォーターエアロ 12:00~12:45 シルバーリフレッシュ 14:00~15:00	ヨガ 10:20~11:10		
28 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 ドルフィンD2(1/2) 15:30~16:20			健康体操 10:50~11:40	
29 金			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	ドルフィンA 17:30~18:30 水泳協会 19:00~20:00	ドルフィンA 17:00~18:30 水泳協会 18:30~20:00	初級2泳法 12:00~12:50		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		水中運動 13:00~13:50	ゆったりストレッチ 14:20~15:20	
30 土			HOS 10:00~11:00		ジュニアスイミング 13:00~14:00	HOS 10:00~11:00		ジュニアスイミング 13:00~14:00			椅子ヨガ&ストレッチ 10:30~11:15 子供運動教室 11:30~12:20	
31 日			ドルフィンC2, B2 17:30~18:30	ドルフィンC2, B2 17:00~18:30	ドルフィンS 18:50~20:00 小中学生水泳教室 10:10~11:10	ジュノ-ミング 15:00~16:00 初級水泳教室 18:30~19:20		ドルフィンD1 15:50~16:40 ドルフィンC2, B2 16:50~18:30 ドルフィンS 18:30~18:50				

5月16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時以降の小中学生以下、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。