

枇スポだより

10月号

ヨガレッスンタイム

10日、24日 金曜日

19:10~20:00

開始20分前から受付します。

定員 30名(先着順) 1回300円

中学生以上(中学生は保護者同伴)

火朝レッスンタイム

7日、21日

①エアロレススンタイム9:30~10:30

②バランスボール&フレッシュピクスレススンタイム

10:50~11:50

各部の開始20分前から受付を開始します。

①定員60名②定員40名(先着順) 1回300円

中学生以上(中学生は学校休業日に限る)

ZUMBA®

2日 木曜日

19:55~20:55

開始20分前から受付を開始します。

定員50名(先着順) 1回300円

中学生以上(中学生は保護者同伴)

70から習おう携帯カメラの楽しい写真撮影

10月10日(金) 大会議室

持ち物:スマートフォン・筆記用具

参加料:600円

対象:一般

申込方法:電話もしくは窓口にてお申込み下さい。

定員になり次第締切

10月の駐車場『満車』注意報

10月4日	土	9:00 ~ 20:00	10月15日	水	17:00 ~ 21:30
10月5日	日	9:00 ~ 18:00	10月20日	月	17:00 ~ 21:00
10月6日	月	17:00 ~ 21:00	10月23日	木	9:00 ~ 15:00
10月9日	木	11:00 ~ 15:00	10月25日	土	17:00 ~ 21:00
10月11日	土	9:00 ~ 21:00	10月26日	日	9:00 ~ 18:00
10月12日	日	9:00 ~ 20:00	10月27日	月	11:00 ~ 20:00
10月13日	月・祝	9:00 ~ 18:00	10月29日	水	17:00 ~ 21:30

※これは9月20日現在の予想です。あくまでも予想ですので、ご了承ください。

徒歩、自転車、公共交通機関でのご来場をお願いいたします。

10月の休館日

3日・17日・31日(金)

名古屋市枇杷島スポーツセンター

〒451-0053

名古屋市西区枇杷島1丁目1番2号

☎052-532-4121

☎052-522-8520



【指定管理者】

(公財) 名古屋市教育スポーツ協会

<https://www.nespa.or.jp/>





枇杷島スポーツセンター 利用状況案内



10月

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
				10:00~11:30 ももこ	10:05~11:50 ベビースイミングⅠ・Ⅱ	休館日 	9:00~10:00 サタデースイミング
				14:00~15:00 水泳ワンポイント	16:00~18:10 水泳木A・B		
					18:30~19:45 ダンスエアロ		
					19:55~20:55 ZUMBA®		
				午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間
				× × × ×	× × × ×	休 休 休 休	× × × ×
	5	6	7	8	9	10	11
		9:30~11:30 テニス	9:30~10:30 エアロレススタタイム	14:00~15:00 水泳ワンポイント	10:05~11:50 ベビースイミングⅠ・Ⅱ	9:30~10:30 運動、体操づくり	9:00~10:00 サタデースイミング
		9:30~10:30 やさしいバレー	10:50~11:50 バランスボール		16:00~18:10 水泳木A・B	10:45~11:45 種びくす®	16:30~17:45 合気道
		10:45~11:45 姿勢改善のためのストレッチ	ストレッチ & フレッシュピクス			13:00~14:00 免許取得キャンペーンZUMBA GOLD®	
		16:00~18:10 水泳月A・B				13:10~14:40 エンジョイテニス教室	
						15:40~17:40 ネスバスクール幼児・小学生	
						19:10~20:00 ヨガレススタタイム	
ラッコン スリ	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間
	× × × ×	○ ○ × ×	○ ○ ○ ×	○ ○ ○ ×	○ × ○ ×	○ ○ ○ ○	× × × ×
	12	13	14	15	16	17	18
		スポーツの日		14:00~15:00 水泳ワンポイント	10:05~11:50 ベビースイミングⅠ・Ⅱ	休館日 	9:00~10:00 サタデースイミング
					16:00~18:10 水泳木A・B		
ラッコン スリ	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間
	× × × ×	× × × ×	× × × ×	× × × ×	× × × ×	休 休 休 休	× × × ×
	19	20	21	22	23	24	25
		9:30~11:30 テニス	9:30~10:30 エアロレススタタイム	14:00~15:00 水泳ワンポイント	10:05~11:50 ベビースイミングⅠ・Ⅱ	9:30~10:30 運動、体操づくり	9:00~10:00 サタデースイミング
		9:30~10:30 やさしいバレー	10:50~11:50 バランスボール		16:00~18:10 水泳木A・B	10:45~11:45 種びくす®	16:30~17:45 合気道
		10:45~11:45 姿勢改善のためのストレッチ	ストレッチ & フレッシュピクス			13:00~14:00 免許取得キャンペーンZUMBA GOLD®	
		16:00~18:10 水泳月A・B				13:10~14:40 エンジョイテニス教室	
						15:40~17:40 ネスバスクール幼児・小学生	
						19:10~20:00 ヨガレススタタイム	
ラッコン スリ	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間
	× × × ×	○ × × ×	○ ○ ○ ×	○ ○ ○ ×	× × ○ ×	○ ○ ○ ○	× × × ×
	26	27	28	29	30	31	
		9:30~11:30 テニス		14:00~15:00 水泳ワンポイント	10:05~11:50 ベビースイミングⅠ・Ⅱ	休館日 	
		16:00~18:10 水泳月A・B			16:00~18:10 水泳木A・B		
ラッコン スリ	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	午前 午後1 午後2 夜間	
	× × × ×	○ × × ×	× × × ×	× × × ×	× × × ×	休 休 休 休	

施設	利用時間（乗換・片付け・更衣などの時間を含みます）	休館日
トレーニング室	月～木・土曜日 第2・4金曜日 9:30 ~ 21:30	第1・3・5 金曜日 (祝日の場合は休館) 及び 年末年始 (12/29~1/3)
屋内プール	月～木 土曜日 第2・4金曜日 7・8月以外 7・8月 10:00 ~ 20:30 9:00 ~ 21:00 10:00 ~ 18:00 9:00 ~ 18:00	
第1競技場 第2競技場 軽運動室 弓道練習場 会議室	月～木・土曜日 第2・4金曜日 第1・3・5日曜日 祝休日 9:00 ~ 21:00 9:00 ~ 18:00	

※水泳ワンポイントアドバイスご希望の方は13時45分にはプールサイドにお集まりください。

(希望者多数の場合は抽選になります。)

※水泳教室等開催時はコース規制を変更させていただきます。

※ランニングコースのご利用は変更になる場合がありますのでご了承ください。

