

# 枇スポだより

## 7月号

### ヨガレッスントイム

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  
対象 中学生以上、中学生は保護者同伴

### 火朝レッスントイム

14日、28日  
①エアロレッスントイム9:30~10:30  
②バランスボール&フレッシュビクスレッスントイム  
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)

### 温水プール時間延長

7月・8月の  
温水プールの開場時間を延長いたします。  
平日(休館日を除く)・土曜日  
9:00~21:00  
日・祝 9:00~18:00  
※詳細は開場カレンダーをご覧ください。

### ZUMBA®





2日、9日、16日、23日、30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)

7月の休館日  
3日・17日・31日(金)



# 枇杷島スポーツセンター 利用状況案内

# 7月

	日	月	火	水	木	金	土		
				1	2	3	4		
	 <p>※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。</p> <p>※水泳ワンポイントアドバイザーご希望の方は13時45分にプールサイドにお集まりください。</p>			10:00~11:30 軽スポーツ 10:00~11:30 もこもこ 14:00~15:00 水泳ワンポイント	9:30~10:30 美姿勢ストレッチ 10:05~11:50 ベビースイミングI・II 10:45~11:45 はじめてのピラティス 16:00~18:10 水泳A・B 18:30~19:45 ダンスエアロ 19:55~20:55 ZUMBA®	 <p>休館日</p>	12:30~14:30 弓道教室		
ラ ウ ン ス グ					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 × × × ×
		5	6	7	8		9	10	11
			16:00~18:10 水泳月A・B		10:00~11:30 軽スポーツ 10:00~11:30 もこもこ 14:00~15:00 水泳ワンポイント		9:30~10:30 美姿勢ストレッチ 10:05~11:50 ベビースイミングI・II 10:45~11:45 はじめてのピラティス 18:30~19:45 ダンスエアロ 19:55~20:55 ZUMBA®	9:30~10:30 姿勢・体幹づくり 10:45~11:45 樟びくす 13:00~14:00 ZUMBA GOLD® 13:10~14:40 エンジョイテニス教室 16:30~18:30 ネスバスクール 19:10~20:00 ヨガ レッスンタイム	12:30~14:30 弓道教室 16:30~17:45 合気道教室
ラ ウ ン ス グ		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		
			9:30~10:30 エアロレスンスタイム 10:50~11:50 バランスボール ストレッチ &フレッシュピクス	10:00~11:30 軽スポーツ 10:00~11:30 もこもこ 14:00~15:00 水泳ワンポイント	9:30~10:30 美姿勢ストレッチ 10:05~11:50 ベビースイミングI・II 10:45~11:45 はじめてのピラティス 18:30~19:45 ダンスエアロ 19:55~20:55 ZUMBA®	 <p>休館日</p>	12:30~14:30 弓道教室 16:30~17:45 合気道教室		
ラ ウ ン ス グ	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 × × × ×	
	19	20	21	22	23		24	25	
		<p style="color: red; text-align: center;">海の日</p>	9:00~10:00 NESPAスクール夏休み短期水泳	9:00~10:00 NESPAスクール夏休み短期水泳 10:00~11:30 もこもこ	9:00~10:00 NESPAスクール夏休み短期水泳 18:30~19:45 ダンスエアロ 19:55~20:55 ZUMBA®		9:00~10:00 NESPAスクール夏休み短期水泳 9:30~10:30 姿勢・体幹づくり 10:45~11:45 樟びくす 13:00~14:00 ZUMBA GOLD® 13:10~14:40 エンジョイテニス教室 16:30~18:30 ネスバスクール 19:10~20:00 ヨガ レッスンタイム	16:30~17:45 合気道教室 18:30~20:30 スポーツ広場	
ラ ウ ン ス グ	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		
			9:00~10:00 NESPAスクール夏休み短期水泳	9:00~10:00 NESPAスクール夏休み短期水泳 9:30~10:30 エアロレスンスタイム 10:50~11:50 バランスボール ストレッチ &フレッシュピクス	9:00~10:00 NESPAスクール夏休み短期水泳	9:00~10:00 NESPAスクール夏休み短期水泳 18:30~19:45 ダンスエアロ 19:55~20:55 ZUMBA®	 <p>休館日</p>		
ラ ウ ン ス グ	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 - - - -	

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/>






## 7月の駐車場「満車」注意報

7月4日	土	9:00~21:00	7月19日	日	9:00~18:00
7月5日	日	9:00~18:00	7月20日	月	9:00~18:00
7月6日	月	17:00~21:00	7月22日	水	9:00~18:00
7月9日	木	11:00~15:00	7月23日	木	9:00~18:00
7月11日	土	9:00~21:00	7月25日	土	9:00~18:00
7月12日	日	9:00~21:00	7月27日	月	9:00~21:00
7月13日	月	9:00~18:00	7月28日	火	9:00~21:00
7月18日	土	9:00~21:00	7月30日	木	9:00~18:00

※これは6月25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。