

なぐわし公園PiKOA 祝日タイムスケジュールのご案内

2026年10月12日（月） スポーツの日

9:00	スタジオ	会議室	プール	多目的ホール A面	多目的ホール B面
	😊 9:30~10:30		😊 10:00~10:30		
10:00	ヨガ 矢部		アクアピクス (エンジョイ) サイタ		
		10:40~11:25			
11:00	😊 10:50~11:35	バランスボール 平山			
	メガダンス45 田原		😊 11:30~12:15		
			アクアピクス (オリジナル) KOZUE		
12:00	😊 11:55~12:40		😊 12:30~13:00		
	シンプリーエアロ 岡宮		バタフライ初級 菊川		
		12:50~13:50			
13:00	12:55~13:40	ボディバランス テック&45 (ST/FX) 森	13:15~13:45		
	ZUMBA 近藤		平泳ぎ初級 菊川		
14:00	😊 14:05~14:50				
	骨盤ストレッチ 近藤				
15:00					
16:00			準備		
			16:00~19:00		
17:00			こども スイミング スクール	17:00~18:00 コース型教室 bjリーグ アカデミー バスケットボール (小学1年~3年)	
18:00				18:00~19:30 コース型教室 bjリーグ アカデミー バスケットボール (小学4年~6年)	
19:00	😊 19:00~20:00		19:30~20:00		
	ヨガ 森		月替り 初級 (平泳ぎ・バタフライ) 鈴木		
20:00					
20:30					
21:00					

準備

13:00~15:00
一般開放
(有料)
卓球

5台
利用料
1人300円
(市内料金)

片づけ

変更