



1	土	
2	日	
3	月	文化の日 休館日
4	火	
5	水	
6	木	
7	金	
8	土	
9	日	
10	月	休館日
11	火	
12	水	
13	木	
14	金	
15	土	
16	日	
17	月	休館日
18	火	こども水泳教室進級テスト期間
19	水	こども水泳教室進級テスト期間
20	木	こども水泳教室進級テスト期間
21	金	こども水泳教室進級テスト期間
22	土	こども水泳教室進級テスト期間
23	日	15周年【周年祭】
24	月	振替休日 休館日
25	火	優先申込開始
26	水	
27	木	
28	金	
29	土	
30	日	優先申込最終日

都度利用OK
 プール1時間：270円（税込）
 マシンジム：630円（税込）
 ※マシンジムは時間制限なし

周年祭は10:00～14:00開催です
 14:00～21:00は通常通り営業
 いたします

忘れずに
 継続！

周年祭

- 周年祭開催！日ごろからの感謝を込めて開催させていただきます。
 プール・ジム共に**無料開放！**
 ご家族・ご友人と是非ご来店ください！
 お待ちしております。
- 日時：11月23日(日)
- 料金：無料
- 時間：10:00～14:00

スタッフと一緒に映像レッスン

- 映像レッスンをスタッフと一緒に！
 12:00～または13:00～のレッスンに
 是非ご参加ください！
 ※動きやすい服装、室内シューズが必要です。

血管年齢測定

- ヤクルトさんがやってくる！
 血管年齢を測定された方に
 ヤクルトをプレゼント！！

ベジチェック

- 明治安田生命さん
 野菜摂取量を簡単チェック！
 手をかざすだけで1日の野菜摂取量の目安まで
 わかる！

おすすめ教室

【おはようピラティス】
 火曜日 09:30～10:30
 体幹を鍛え美しい姿勢に！
 健康にも繋がります！

～ ご不明な点がございましたら、お気軽に施設にお問い合わせください ～

高石市ふれあい健康増進センター TEL072-267-1223