

Main table showing pool usage schedule from May 1st to 31st, including time slots (9:00-11:00, 11:05-13:05, etc.) and activity types (free entry, group use, etc.) for each day.

※この予定表は4月20日作成です。変更になることもありますのでHP/LINEにてご確認ください。

<区主催事業>

Table of district-sponsored activities including 'ワンポ(ワンポイント水泳指導)', '障害者専用コース', '健康長寿はつらつ教室', and '喘息児水泳教室' with their respective days and times.

<SSC事業(水泳教室)>

Table of SSC activities in the swimming pool, including '水中ウォーキング', '親子水泳・火曜水泳', '足腰しゃつきりトレーニング教室', 'AS教室・水曜水泳', and '土曜水泳・大人の水泳'.

<SSCの事業(競技場・武道場教室)> <SSC・ミスノ共同事業> ※場所:会議室

Table of SSC activities in the gymnasium and dojo, including 'SSC(太極拳・フットサル)', 'SSC(チアリーディング)', 'SSC(健康体操)', and 'SSC(バスケット・フットサル)'. Also lists '水泳連盟事業'.

Information box for 'トレーニング室利用案内' (Training Room Usage Notice) detailing rules for users, membership requirements, and contact information.

<お願い>

- List of requests and notices: '水泳帽は、必ず着用してください。', '小学校3年生以下のお子様には、水着を着用した18歳以上の保護者の付き添いが必要です。', '午後6時以降は、小学4年生～6年生のお子様だけのご利用できません。', '毎土曜日、午前中の入場は小・中学生に限り2時間無料です。'