

五日市ファインプラザ 9月 定例事業

問合せ 596-5611

Table with 5 columns: 事業名, 日時, 内容, 受付, 持ち物. Rows include アクアビクス, プールワンポイントアドバイス, 水中ウォーキングワンポイントアドバイス, スポーツ体験教室.

各事業の費用は無料ですが、体育室、プール使用料金は必要です。

親子専用コース(プール) 期日・時間: 9月の毎週日曜日 午前10時~午後5時 内容: 専用コース内に台を入れて水深を浅くします。費用: 施設使用料金 持ち物: 水着・水泳帽子 など

スポーツ 五日市ファインプラザ 申込み・問合せ 596・5611

詳しくは 問い合わせ せてください。 問合 わ せてください。 リハビリ水中運動教室 (研修室・プール) 水のさまざまな特性を利用して、身体機能維持、改善を目的とした水中運動を行います。整形外科の疾患、脳梗塞などのリハビリの方を対象とした水中リハビリテーション教室です。

さあ始めよう! 水中ウォーキング・エンジョイウォーキング 日時: 9月4日(木) 午後0時~1時 対象: 健康のため水中ウォーキングを始めたい方

市民プール 申込み・問合せ 550・1711

Table with 2 columns: 期日, 内容. Rows include 9月20日, 9月27日, 10月4日, 10月11日, 10月18日.

その他: 歩行や更衣に介助が必要な方は、介助者と参加してください。申込み方法: 9月15日(月)までに、電話で申し込んでください。

五日市ファインプラザ プール開放 中止のお知らせ あきる野市民水泳フェスティバル(総合スポーツ祭)開催のため、プールの利用はできませんので、ご了承ください。

体力作り! 水中ウォーキングを取り入れたらいい内容: 正しい水中歩行やちよつとした水中運動のしかたをアドバイスします。講師がプールサイドにいますので、声をかけてください。

初心者歓迎! 平泳ぎ! 平泳ぎを泳いでみたい方、平泳ぎをきれいに泳ぎたい方、講師が泳ぎをアドバイスします。期日・時間: 9月11日(木) 25日(木) 午後3時~4時

あきる野市民水泳フェスティバル(総合スポーツ祭)開催のため、プールの利用はできませんので、ご了承ください。

五日市ファインプラザ プール開放 中止のお知らせ

リバーサイドパークの谷で行われた「とうろう流し」(8月9日) 五日市小和田花火大会。尺玉が打ちあがり、大きな歓声もありました(8月16日)

フォトニュース 「オールあきる野女子」が関東大会で優勝、全国大会でベスト16。報告に訪れました(8月22日) この秋開通予定の新矢柄橋・新乙津橋記念行事。小室小学校の児童が道路に絵を描きました(8月18日)

平成20年度後期 予防(集団)接種日程のお知らせ 表1 集団接種(秋川地区) 場所 あきる野保健相談所 受付時間...午後1時20分~2時20分

教育・子ども相談 教育相談(予約制) 相談日 月曜日~金曜日 時間 午前9時~正午、午後1時~5時

あきる野保健相談所 9月の行事カレンダー 558-5091 種別 対象乳幼児 受付時間 乳児(6~9か月児)健康診査