

枇スポだより

7月号

ヨガレッスントイム

12日、26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

9日、23日、30日
①エアロレッスントイム9:30~10:30
②バランスボール&フレッシュピ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)

~アスリートふれあい事業~ ミニバスケットクリニック

29日 月曜日 12:30~14:30
対象:小学1~3年生 定員100名
受講料:330円
申込方法:はがき若しくは電子申請
7月16日(火)締切 7月17日(水)抽選

ZUMBA®

4日、11日、18日、25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
5日・19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 16:00~18:10 水泳月A・B | 2 | 3 10:00~11:30 軽スポーツ 10:00~11:30 ちこもこ 14:00~15:00 水泳ワンポイント | 4 9:30~10:30 美姿勢ストレッチ 10:05~11:50 ペビースイミングI・II 10:45~11:45 はじめてのピラティス 16:00~18:10 水泳月A・B 18:30~19:45 ダンスエアロ 19:55~20:55 ZUMBA® | 5 休館日 | 6 12:30~14:30 弓道教室 | | | | | | | | | | | | |
| ※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。 ※水泳ワンポイントアド バイスご希望の方は13 時45分にプールサイド にお集まりください。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ラ ジ オ ス タ ス | | 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 休 休 休 休 | 午前 午後1 午後2 夜間 × × × × | | | | | | | | | | | | |
| | 7 | 8 16:00~18:10 水泳月A・B | 9 9:30~10:30 エアロレスランタイム 10:50~11:50 バランスボール ストレッチ &フレッシュユピクス | 10 10:00~11:30 軽スポーツ 10:00~11:30 ちこもこ 14:00~15:00 水泳ワンポイント | 11 9:30~10:30 美姿勢ストレッチ 10:05~11:50 ペビースイミング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® | 12 9:30~10:30 姿勢体幹づくり 10:00~11:45 初めてのコスバル講座 10:45~11:45 接ひくす® 13:00~14:00 ZUMBA® 13:10~14:40 エンジョイテニス教室 15:40~17:40 ネオバスケール級・小学生 19:10~20:00 ヨガレスランタイム | 13 12:30~14:30 弓道教室 | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ラ ジ オ ス タ ス | 午前 午後1 午後2 夜間 × × × ー | 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 × × × × | | | | | | | | | | | | |
| | 14 | 15 海の日 | 16 1ページ | 17 10:00~11:30 ちこもこ 14:00~15:00 水泳ワンポイント | 18 9:30~10:30 美姿勢ストレッチ 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® | 19 休館日 | 20 12:30~14:30 弓道教室 | | | | | | | | | | | | |
| ラ ジ オ ス タ ス | 午前 午後1 午後2 夜間 × × × ー | 午前 午後1 午後2 夜間 × × × ー | 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 休 休 休 休 | 午前 午後1 午後2 夜間 × × × ○ | | | | | | | | | | | | |
| | 21 | 22 9:00~10:00 NESPAスクール夏休み短期水泳 | 23 9:00~10:00 NESPAスクール夏休み短期水泳 9:30~10:30 エアロレスランタイム 10:50~11:50 バランスボール ストレッチ &フレッシュユピクス | 24 9:00~10:00 NESPAスクール夏休み短期水泳 | 25 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® | 26 9:30~10:30 姿勢体幹づくり 10:45~11:45 接ひくす® 13:00~14:00 ZUMBA® 13:10~14:40 エンジョイテニス教室 19:10~20:00 ヨガレスランタイム | 27 | | | | | | | | | | | | |
| ラ ジ オ ス タ ス | 午前 午後1 午後2 夜間 × × × ー | 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 × × × × | | | | | | | | | | | | |
| | 28 | 29 9:00~10:00 NESPAスクール夏休み短期水泳 12:30~14:30 ミニバスケットボールクリニック | 30 9:00~10:00 NESPAスクール夏休み短期水泳 9:30~10:30 エアロレスランタイム 10:50~11:50 バランスボール ストレッチ &フレッシュユピクス | 31 9:00~10:00 NESPAスクール夏休み短期水泳 | <table border="1"> <thead> <tr> <th>施設</th> <th>利用時間(夏休み・片付け・更衣などの時間を含みます)</th> <th>休館日</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>トレーニング室</td> <td>月~木・土曜日 第2・4金曜日 日・祝日</td> <td>9:30 ~ 21:30 9:30 ~ 18:00</td> </tr> <tr> <td>屋内プール</td> <td>月~土 土曜日 第2・4金曜日 日・祝日</td> <td>ア・B月以外 ア・B月 ア・B月以外 ア・B月 10:00 ~ 20:30 9:00 ~ 21:00 10:00 ~ 18:00 9:00 ~ 18:00</td> </tr> <tr> <td>第1競技場 第2競技場 軽運動室 弓道練習場 会議室</td> <td>月~木・土曜日 第2・4日曜日 第2・4金曜日 第1・3・5日曜日 祝日</td> <td>9:00 ~ 21:00 9:00 ~ 18:00</td> </tr> </tbody> </table> | | 施設 | 利用時間(夏休み・片付け・更衣などの時間を含みます) | 休館日 | トレーニング室 | 月~木・土曜日 第2・4金曜日 日・祝日 | 9:30 ~ 21:30 9:30 ~ 18:00 | 屋内プール | 月~土 土曜日 第2・4金曜日 日・祝日 | ア・B月以外 ア・B月 ア・B月以外 ア・B月 10:00 ~ 20:30 9:00 ~ 21:00 10:00 ~ 18:00 9:00 ~ 18:00 | 第1競技場 第2競技場 軽運動室 弓道練習場 会議室 | 月~木・土曜日 第2・4日曜日 第2・4金曜日 第1・3・5日曜日 祝日 | 9:00 ~ 21:00 9:00 ~ 18:00 | |
| 施設 | 利用時間(夏休み・片付け・更衣などの時間を含みます) | 休館日 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| トレーニング室 | 月~木・土曜日 第2・4金曜日 日・祝日 | 9:30 ~ 21:30 9:30 ~ 18:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 屋内プール | 月~土 土曜日 第2・4金曜日 日・祝日 | ア・B月以外 ア・B月 ア・B月以外 ア・B月 10:00 ~ 20:30 9:00 ~ 21:00 10:00 ~ 18:00 9:00 ~ 18:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 第1競技場 第2競技場 軽運動室 弓道練習場 会議室 | 月~木・土曜日 第2・4日曜日 第2・4金曜日 第1・3・5日曜日 祝日 | 9:00 ~ 21:00 9:00 ~ 18:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ラ ジ オ ス タ ス | 午前 午後1 午後2 夜間 × × × ー | 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

〒451-0058

名古屋市西区枇杷島1丁目1番2号

☎052-532-4124

☎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

| 月 | 日 | 時間 | 月 | 日 | 時間 |
|----|-----|---------------|----|-----|--------------|
| 7月 | 1日 | 18:00~21:00 | 7月 | 20日 | 土 9:00~18:00 |
| 7月 | 4日 | 木 12:00~18:00 | 7月 | 21日 | 日 9:00~18:00 |
| 7月 | 6日 | 土 9:00~18:00 | 7月 | 22日 | 月 9:00~18:00 |
| 7月 | 7日 | 日 9:00~18:00 | 7月 | 23日 | 火 9:00~18:00 |
| 7月 | 8日 | 月 18:00~21:00 | 7月 | 24日 | 水 9:00~18:00 |
| 7月 | 9日 | 火 12:00~15:00 | 7月 | 25日 | 木 9:00~18:00 |
| 7月 | 11日 | 木 9:00~15:00 | 7月 | 27日 | 土 9:00~18:00 |
| 7月 | 13日 | 土 9:00~18:00 | 7月 | 28日 | 日 9:00~18:00 |
| 7月 | 14日 | 日 9:00~18:00 | 7月 | 30日 | 火 9:00~18:00 |
| 7月 | 15日 | 月 9:00~18:00 | 7月 | 31日 | 水 9:00~21:00 |

※これは6月22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します。