

# 枇杷島スポーツセンター施設だより

## 12月号

### ～第3期定期スポーツ教室受講者募集中～

軽スポーツ教室、小学生水泳、ZUMBA GOLD®  
健康ヨガ、ダンスエアロなどの教室を開催します。  
往復はがき、または事務所窓口（はがき持参）、  
インターネット「名古屋市電子申請サービス」でお申し込みください。  
応募締切 12/10(火)必着  
詳しくは別紙チラシや事務所にておたずねください。

### ZUMBA®

5日、12日、19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)

### 火朝レススタイム

3、10、17 火曜日

①エアロレススタイム9:30～10:30

②バランスボールストレッチ

&フレッシュビクスレススタイム

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)

### ヨガレススタイム

13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

### 12月の駐車場「満車」注意報

12月1日	日	9:00～17:00	12月15日	日	9:00～17:00
12月2日	月	18:00～21:00	12月16日	月	18:00～21:00
12月3日	火	9:00～17:00	12月19日	木	9:00～17:00
12月4日	水	9:00～17:00	12月21日	土	9:00～17:00
12月5日	木	11:00～16:00	12月22日	日	9:00～17:00
12月7日	土	9:00～21:00	12月24日	火	9:00～21:00
12月8日	日	9:00～21:00	12月25日	水	9:00～21:00
12月9日	月	18:00～21:00	12月26日	木	9:00～21:00
12月11日	水	9:00～17:00	12月28日	土	9:00～18:00
12月12日	木	9:00～17:00			
12月14日	土	9:00～21:00			

※これは11月20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いたします。

### スポーツフェスタin枇杷島

1月10日(金)9:00～21:30

(会場により開催時間は異なります)

トレーニング室・温水プール終日無料開放

第2競技場(個人利用)無料開放

バドミントン無料開放(12/13(金)から申込開始)

ポッチャ体験会、ヨガ無料体験会等

詳細は別紙チラシをご覧ください。

～年末年始のお知らせ～  
12月29日～1月3日の  
年末年始は  
お休みさせていただきます。

12月の休館日  
6日・20日(金)

【指定管理者】

(公財)名古屋市教育スポーツ協会

<https://www.nespa.or.jp/>

名古屋市枇杷島スポーツセンター

〒451-0053

名古屋市西区枇杷島1丁目1番2号

☎052-532-4121

☎052-522-8520



# 枇杷島スポーツセンター 利用状況案内



	日				月				火				水				木				金				土											
	1				2				3				4				5				6				7											
					9:30~11:30 テニス				9:30~10:30 エアロレスンスタイム 10:50~11:50 バランスボール ストレッチ &フレッシュピクス				10:00~11:30 もこもこ 14:00~15:00 水泳ワンポイント				10:05~11:50 ベビースイミングⅠ・Ⅱ 16:00~18:10 水泳木A・B 18:30~19:45 ダンスエアロ 19:55~20:55 ZUMBA®								9:00~10:00 サタデースイミング 16:30~17:45 合気道教室											
					9:30~10:30 やさしいバレー 10:45~11:45 姿勢改善のための ストレッチ教室																															
					16:00~18:10 水泳月A・B																															
ラ ジ オ ニ ン グ	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	午前	午後1	午後2	夜間	午前	午後1	午後2	夜間				
	×	×	×	休	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	×	○	休	休	休	休	休	休	休	休	×	×	×	×				
	8				9				10				11				12				13				14											
					9:30~11:30 テニス				9:30~10:30 エアロレスンスタイム 10:50~11:50 バランスボール ストレッチ &フレッシュピクス				10:00~11:30 もこもこ 14:00~15:00 水泳ワンポイント				18:30~19:45 ダンスエアロ 19:55~20:55 ZUMBA®				9:30~10:30 姿勢・体幹づくり 10:45~11:45 棒びくす 13:10~14:40 エンジョイテニス教室 15:40~17:40 ネスバスクール幼児小学 13:00~14:00 ZUMBA® 19:10~20:00 ヨガレスンスタイム				9:00~10:00 サタデースイミング 16:30~17:45 合気道教室											
ラ ジ オ ニ ン グ	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	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	○	○	○	×	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	×	×	×				
	15				16				17				18				19				20				21											
					9:30~11:30 テニス				9:30~10:30 エアロレスンスタイム 10:50~11:50 バランスボール ストレッチ &フレッシュピクス				10:00~11:30 軽スポーツ 10:00~11:30 もこもこ 14:00~15:00 水泳ワンポイント				18:30~19:45 ダンスエアロ 19:55~20:55 ZUMBA®																			
					9:30~10:30 やさしいバレー 10:45~11:45 姿勢改善のための ストレッチ教室																															
					16:00~18:10 水泳月A・B																															
ラ ジ オ ニ ン グ	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	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	休	休	休	休	休	×	×	×	○				
	22				23				24				25				26				27				28											
													10:00~11:30 もこもこ 14:00~15:00 水泳ワンポイント																							
ラ ジ オ ニ ン グ	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	午前	午後1	午後2	夜間	午前	午後1	午後2	夜間
	×	×	×	休	○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○	○	○	○	○	○	○	×	×	×	○				
	29				30				31				施設				利用時間(準備・片付け・更衣などの時間を含まず)				休館日															
	休館日				休館日				休館日				トレーニング室				月~木・土曜日 第2・4金曜日				9:30 ~ 21:30				第1・3・5 金曜日 (祝休日の場合は開場) 及び 年末年始 (12/29~1/3)											
													屋内プール				月~木 土曜日 第2・4金曜日				7・8月以外 7・8月								10:00 ~ 20:30 9:00 ~ 21:00							
													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				7・8月以外 7・8月								10:00 ~ 18:00 9:00 ~ 18:00							
ラ ジ オ ニ ン グ	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	午前	午後1	午後2	夜間	午前	午後1	午後2	夜間				
	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	休				
<b>12月29日~1月3日 休館</b>																																				

※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。(希望者多数の場合は抽選になります。)

※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。

