

# 令和8年2月行事予定表（前半）

らっぽ

2月		午前	午後	夜間	2月	
1	日	トレーニングルーム 運動浴槽	ご利用いただけません	ご利用いただけません	閉館	トレーニングルーム 運動浴槽
2	月	休館日	休館日	休館日	休館日	休館日
3	火	トレーニングルーム 運動浴槽	ご利用いただけません	ご利用いただけません	ご利用いただけません	トレーニングルーム 運動浴槽
4	水	トレーニングルーム 運動浴槽	ご利用いただけません	ご利用いただけません	(アクアピクス(エアロピクス)教室)(19時～19時50分)。(笹木美穂先生):トレーニングルームにてエアロピクス	トレーニングルーム 運動浴槽
5	木	トレーニングルーム 運動浴槽	1肩こり・腰痛予防健康体操教室(11時～11時30分)(施設職員・月足) ご利用いただけません	2肩こり・腰痛予防健康体操教室(13時30分～14時)(施設職員・月足) ご利用いただけません	ご利用いただけません	トレーニングルーム 運動浴槽
6	金	トレーニングルーム 運動浴槽	ご利用いただけません	今日から明日へ楽しく筋トレ教室(13時20分～14時)前田芳美先生 ご利用いただけません	かんたんエアロ30(18時45分～19時15分) 笹木美穂先生 ピラティス教室(19時15分～20時15分) 笹木美穂先生	トレーニングルーム 運動浴槽
7	土	トレーニングルーム 運動浴槽	親子で楽しむサッカー教室(10時30分～11時15分) (施設職員・月足) ご利用いただけません	ご利用いただけません	閉館	トレーニングルーム 運動浴槽
8	日	トレーニングルーム 運動浴槽	ご利用いただけません	ご利用いただけません	閉館	トレーニングルーム 運動浴槽
9	月	休館日	休館日	休館日	休館日	休館日
10	火	トレーニングルーム 運動浴槽		体リフレッシュヨガ教室 (13時30分～15時) 鶴飼千代先生		トレーニングルーム 運動浴槽
11	水	トレーニングルーム 運動浴槽			閉館	トレーニングルーム 運動浴槽
12	木	トレーニングルーム 運動浴槽	1肩こり・腰痛予防健康体操教室(11時～11時30分)(施設職員・月足)	2肩こり・腰痛予防健康体操教室(13時30分～14時)(施設職員・月足)		トレーニングルーム 運動浴槽
13	金	トレーニングルーム 運動浴槽		今日から明日へ楽しく筋トレ教室(13時20分～14時)前田芳美先生	かんたんエアロ30(18時45分～19時15分) 笹木美穂先生 ピラティス教室(19時15分～20時15分) 笹木美穂先生	トレーニングルーム 運動浴槽
14	土	トレーニングルーム 運動浴槽	親子で楽しむサッカー教室(10時30分～11時15分) (施設職員・月足)		閉館	トレーニングルーム 運動浴槽
15	日	トレーニングルーム 運動浴槽			閉館	トレーニングルーム 運動浴槽

後半の予定は、裏面にあります。

※2月の運動浴槽は改修工事に伴い、中旬までご利用できません。ご不便をおかけいたします。

問い合わせ：山岡健康増進センター 0573-56-4066

※ 運動浴槽の水深は、平日は午前10時～午後4時までが「1.0m」、午後4時～午後8時45分までが「1.1m」です。土日祝日は午前10時～午後3時までが「1.0m」、午後3時～午後4時45分までが「1.1m」です。

※教室は、申し込み制です。参加される方はあらかじめ申し込みをしてください。

# 令和8年2月行事予定表（後半）

らっぽ

2月		午前	午後	夜間	2月			
16	月	休館日	休館日	休館日	休館日	16	月	
17	火	トレーニングルーム		体リフレッシュヨガ教室（13時30分～15時）鶴飼千代先生		トレーニングルーム	17	火
		運動浴槽	水中運動教室（12時～12時30分）一般の方のプール使用はご遠慮下さい。（施設職員・月足）	プールウォーキング（13時～14時10分）一般の方のプール使用はご遠慮下さい。		運動浴槽		
18	水	トレーニングルーム		水中運動教室（13時30分～14時50分）一般の方のプール使用はご遠慮下さい。（施設職員・月足）	(アクアピクス(エアロピクス)教室)(19時～19時50分)。(笹木美穂先生)	トレーニングルーム	18	水
		運動浴槽				運動浴槽		
19	木	トレーニングルーム	1肩こり・腰痛予防健康体操教室(11時～11時30分)(施設職員・月足)	2肩こり・腰痛予防健康体操教室(13時30分～14時)(施設職員・月足)		トレーニングルーム	19	木
		運動浴槽		プールウォーキング(13時～14時10分)一般の方のプール使用はご遠慮下さい。		運動浴槽		
20	金	トレーニングルーム		今日から明日へ楽しく筋トレ教室(13時20分～14時)前田芳美先生	かんたんエアロ30(18時45分～19時15分) 笹木美穂先生 ピラティス教室(19時15分～20時15分) 笹木美穂先生	トレーニングルーム	20	金
		運動浴槽				運動浴槽		
21	土	トレーニングルーム			閉館	トレーニングルーム	21	土
		運動浴槽				運動浴槽		
22	日	トレーニングルーム			閉館	トレーニングルーム	22	日
		運動浴槽				運動浴槽		
23	月	トレーニングルーム			閉館	トレーニングルーム	23	月
		運動浴槽				運動浴槽		
24	火	休館日	休館日	休館日	休館日	休館日	24	火
25	水	トレーニングルーム			(アクアピクス(エアロピクス)教室)(19時～19時50分)。(笹木美穂先生)	トレーニングルーム	25	水
		運動浴槽		水中運動教室（13時30分～14時50分）一般の方のプール使用はご遠慮下さい。（施設職員・月足）		運動浴槽		
26	木	トレーニングルーム	1肩こり・腰痛予防健康体操教室(11時～11時30分)(施設職員・月足)	体リフレッシュヨガ教室（13時30分～15時）鶴飼千代先生		トレーニングルーム	26	木
		運動浴槽		2肩こり・腰痛予防健康体操教室(13時30分～14時)(施設職員・月足) プールウォーキング(13時～14時10分)一般の方のプール使用はご遠慮下さい。		運動浴槽		
27	金	トレーニングルーム		今日から明日へ楽しく筋トレ教室(13時20分～14時)前田芳美先生	かんたんエアロ30(18時45分～19時15分) 笹木美穂先生 ピラティス教室(19時15分～20時15分) 笹木美穂先生	トレーニングルーム	27	金
		運動浴槽				運動浴槽		
28	土	トレーニングルーム			閉館	トレーニングルーム	28	土
		運動浴槽				運動浴槽		

前半の予定は、裏面にあります。

問い合わせ：山岡健康増進センター 0573-56-4066

※2月の運動浴槽は改修工事に伴い、中旬までご利用できません。ご不便をおかけいたします。

※ 運動浴槽の水深は、平日は午前10時～午後4時までが「1.0m」、午後4時～午後8時45分までが「1.1m」です。土日祝日は午前10時～午後3時までが「1.0m」、午後3時～午後4時45分までが「1.1m」です。

※教室は、申し込み制です。参加される方はあらかじめ申し込みをしてください。