

# 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	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	1	日
2	月	休 館 日	休 館 日	休 館 日	休 館 日	休 館 日	休 館 日	2	月
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	ご利用いただけません	トレーニングルーム 運動浴槽	3	火
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	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
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	ご利用いただけません	トレーニングルーム 運動浴槽	5	木
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 ご利用いただけません	トレーニングルーム 運動浴槽	トレーニングルーム 運動浴槽	6	金
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) 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	閉 館	トレーニングルーム 運動浴槽	7	土
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	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
9	月	休 館 日	休 館 日	休 館 日	休 館 日	休 館 日	休 館 日	9	月
10	火	トレーニングルーム 運動浴槽	ご利用いただけません	体リフレッシュヨガ教室 (13時30分～15時) 鵜飼千代先生 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	10	火
11	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	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	11	水
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) 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	ご利用いただけません	トレーニングルーム 運動浴槽	12	木
13	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 ご利用いただけません	トレーニングルーム 運動浴槽	トレーニングルーム 運動浴槽	13	金
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) 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	閉 館	トレーニングルーム 運動浴槽	14	土
15	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	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	15	日

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	休 館 日	休 館 日	休 館 日	16 月
17	火	トレーニングルーム 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)	体リフレッシュヨガ教室 (13時30分～15時) 鵜飼千代先生 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。				トレーニングルーム 運動浴槽	17 火
18	水	トレーニングルーム 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)		(アクアビクス(エアロビクス)教室)(19時～19時50分)。(笹木美穂先生)		トレーニングルーム 運動浴槽	18 水
19	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) 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。				トレーニングルーム 運動浴槽	19 木
20	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	20 金
21	土	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	21 土
22	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	22 日
23	月	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	23 月
24	火	休 館 日	休 館 日	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 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)		(アクアビクス(エアロビクス)教室)(19時～19時50分)。(笹木美穂先生)		トレーニングルーム 運動浴槽	25 水
26	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)	体リフレッシュヨガ教室 (13時30分～15時) 鵜飼千代先生 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。				トレーニングルーム 運動浴槽	26 木
27	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	27 金
28	土	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	28 土

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。