

11月イベント情報

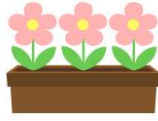
●各イベントの詳細は別紙参照ください

2
土

14:00~15:00

無料! お花を植えよう

※参加者 募集中! 要予約制



11.26
火

11:30~ @2F休憩室 要予約制

ベビーマッサージ

対象 1か月~よちよちあんよ(1才前後)
定員 5組
料金 初回2500円(オイル1本込)
2回目500円



16
土

9:10~9:40 @2F休憩室 要予約制

ファミリーヨガ

ご家族みんなでヨガにチャレンジしませんか?
料金 1家族500円



世界記録樹立者の指導でレベルアップ!!

9
土

18:30~19:30 @25mプール

成人プラチナレッスン

スキル・テクニック・スピードUP練習

・対象:18歳以上、50m×8(1分30秒)余裕を持って泳げる方
・料金 2,500円(要予約制)

16
土

16:30~17:20 @25mプール

ジュニアスキルアップ

・対象:4種目25m泳げ、50mクロール 40~50秒の小中学生
・料金:2,000円(要予約制)

30
土

18:30~19:30 @25mプール

ジュニアプラチナ

・対象:50mクロールベスト33秒以内の小中学生
・料金 2,500円(要予約制)



24
日

2024 高座SDGs フェスティバル



スタンプラリー、ビンゴ大会など、プール×環境プラザ×本郷荘でイベント盛りだくさん! 詳細は別紙参照

10:40~11:30 1家族1000円(プール入場料込)

ファミリーアクア

パパとママのためのエクササイズ
子供と一緒に楽しむプログラムです!
家族みんなでアクア 笑顔でハッピー!



12:30~13:30 @25mプール 1組1,200円

マタニティーペアレッスン

初めての方 大歓迎♪
助産師兼スペシャル講師 浅井貴子による
マタニティースイム特別レッスン



14:00~15:00 @休憩室 1組1,000円

ベビーヨガ

初めての方 大歓迎♪
親子のスキンシップで、赤ちゃん元気!
みんなでハッピーになれるヨガ!



無料!

11:40~ 大抽選会 @プールサイド

9:00~11:30迄の入場者全員にチケット配布
当選者には豪華?景品プレゼント

12:40~ ウォーキング講座

@プール→本郷公園
Naomy先生によるウォーキング講座

①13:00~ ラフターヨガ体験

②13:30~ @本郷公園
Naomy先生の“笑うヨガ”体験会

15:00~ 大ビンゴ大会 @プールサイド

プール入場者全員にビンゴカード配布!
目指せ豪華?景品!

10:40~16:30 プール遊具で遊ぼう