



1月/January

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

1・2・3日休館日／4日より通常営業します。
 8日 スクール休み・ヘルスケア営業(10:00-20:00)
★14日「ノルディックウォーク」講座
 ・9日～20日 書初め 22日～31日 展示会
 親子水泳1月6日～2月24日《毎週土曜日・全8回》
 ☆28日 餅つき大会(10:00～12:00)
 ●諸届け、受付締切日(25日)

2月/February

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

12日 スクール休み・ヘルスケア営業(10:00-20:00)
★4日「ノルディックウォーク」講座
 杉並区スポーツ振興財団共催
 水中運動&水泳 体験プログラム
 ●諸届け、受付締切日(20日)

3月/March

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

◇《3月1日～8日 女性の健康週間》
 1日～7日定期進級テスト(20日～新クラス編成)
 21日 スクール休み・ヘルスケア営業(10:00-20:00)
★4日「ノルディックウォーク」講座
 親子水泳3月3日～4月28日
 《毎週土曜日・全8回》
 29・30・31日休館日
 ●諸届け、締切日(25日)

4月/April

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

★1日「ノルディックウォーク」講座
 ☆29日 流れるプール (13:00～15:00)
 29・30日休館日
 ●諸届け、受付締切日(20日)

5月/May

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

3・4・5日 スクール休み・ヘルスケア営業 (10:00-20:00)
 ◎5日 ベビー・キンダーベビー・土曜親子水泳のみ通常通
★6日「ノルディックウォーク」講座
 親子水泳5月5日～6月23日
 《毎週土曜日・各全8回》
 1・2日休館日 ●諸届け、受付締切日(25日)

6月/June

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

1日～7日定期進級テスト(20日～新クラス編成)
★3日「ノルディックウォーク」講座
 29・30日休館日
 ●諸届け、受付締切日(25日)

- 印はスクールお休み 及び ヘルスケアクラブ会員の営業日です。(10:00-20:00)
- は定期進級テストです。3月・6月の1日～7日に行います。(テストの振替は出来ません。正規のクラスでお受け下さい。)
- は会員向け一般開放日(ファミリーデー)となります。(スクール及びヘルスケアクラブはお休みとなります。)
- ・フィットネスジム利用可※但し、高校生以上に限ります。
- ★ 印はイベントなどの行事予定です。(休館日にあたる場合でも実施します。)事前に館内の掲示板にて、ご案内・お知らせいたします。また、スケジュールを変更する場合がありますので、予めご了承下さい。
- 子育て応援券使えます(ベビークラス・キンダーベビークラス・親子水泳教室期間限定)
- ・定期回数の練習が出来ない場合は、振替練習をして下さい。(前日までにフロントへご連絡下さい。)
- 但し、各クラスともに、混雑状況により申込をお断りさせて頂く場合がありますので、予めご了承下さい。
- ・日曜進級テストは、毎月第4日曜日(13:30～)実施いたします。
- (申込締切は前々週の土曜日となります。お間違のないようお願い致します。)
- 休会・クラス変更等の諸届は、必ず前月の25日までに済ませて下さい。
- (尚、2月・4月の諸届受付は、都合により20日で締め切らせて頂きます。【詳しくはスポーツハイツまでお問い合わせ下さい。】)

◆「ノルディックウォーク講座」

- ☆1月14日(日)
- ☆2月 4日(日)
- ☆3月 4日(日)
- ☆4月 1日(日)
- ☆5月 6日(日)
- ☆6月 3日(日)

◆2月 マスターズ水泳& AQエクササイズ公開講座

◆3月1日～8日女性の健康週間
 女性限定¥1,080でご利用できます

