



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。

□11日 スクール休み・ヘルスケア営業(10:00-20:00)

★17日「ノルディックウォーク」講座

・8日～20日 書初め 23日～31日 展示会

●親子水泳1月9日～2月27日《毎週土曜日・全8回》

●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						

□11・23日 スクール休み・ヘルスケア営業

(10:00-20:00)

★7日「ノルディックウォーク」講座

●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)

□20日 スクール休み・ヘルスケア営業(10:00-20:00)

◎20日 ベビー・キンダーベビー・土曜親子水泳のみ通常通り

★7日「ノルディックウォーク」講座

●親子水泳3月6日～4月24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	

★18日「ノルディックウォーク」講座

☆29日 流れるプール

29・30日休館日

●諸届け、受付締切日(20日)

は休館日となります。

□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。)

★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(14:30～)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。]

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・6日 スクール休み・ヘルスケア営業

(10:00-20:00)

★16日「ノルディックウォーク」講座

●親子水泳5月8日～6月26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)

★6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)

本事業は、杉並保健所との運動サポーター協定によるものです。

◆「ノルディックウォーク」講座

☆1月17日(日)

☆2月7日(日)

☆3月7日(日)

☆4月18日(日)

☆5月16日(日)

☆6月6日(日)

※都合により変更の場合があります。

◆3月1日～8日女性の健康週間

女性限定¥1,100でご利用できます

〒166-0013 杉並区堀の内2-6-21

営業時間/平日 10:00-22:00

日・祝 10:00-20:00

TEL. 03(3316)9981

<http://www.sports-heights.com>



SPORTS HEIGHTS
スポーツハイツ





