

# 県民の日 無料開放



イベント予約受付開始  
7月1日(木) 10:00~  
※水泳場窓口のみ可能

## 両日

50mプール 10:00~16:50

トレーニングルーム ①10:00~15:30 ※完全予約制

卓球 10:00~12:30 14:00~16:00 ラケット・ボールの貸出あり!  
コロナウイルス感染対策として卓球台を減らしている為できない可能性があります

## 7/24 (土)

スタート練習

10:00~11:00

公式のスタート台を使って練習ができるチャンス!!



ヨガ体験

11:00~12:00

日頃の心身の緊張をヨガでほぐして美容と健康を手に入れましょう!  
定員: 20名



SUPヨガ体験

①11:00~12:00

②13:30~14:30

無料でSUPヨガが体験できちゃうチャンス  
定員: 各10名



体幹トレーニング

14:00~15:00

インナーマッスルを鍛える!  
楽しみながら体力づくりしませんか?  
定員: 20名



こねこねせっけん 10:00~15:00 世界でひとつだけのオリジナルせっけん作りましょう

## 7/25 (日)

泳法個別レッスン

10:00~12:00, 13:00~15:00

1人30分マンツーマンで指導  
対象: 小学生以上/50m泳げる方  
定員: 16名



ヨガ体験

11:00~12:00

日頃の心身の緊張をヨガでほぐして美容と健康を手に入れましょう!  
定員: 20名



SUPヨガ体験

①11:00~12:00

②13:30~14:30

定員: 各10名



いきいき運動

14:00~15:00

「いつまでも若々しく、美しく」  
アンチエイジング、体の不調改善エクササイズ  
定員: 20名



### 申込方法

●水泳場窓口のみ、お申込みいただけます。(TEL不可)  
●定員になり次第締め切りますので、ご了承下さい。  
●要予約は空きがあれば当日でも参加可能  
●日程・内容は変更する場合がございます。

左のマークがあるイベントは必ず予約をして下さい。

### 利用規則

- (50mプール)
- 泳力が50m以上の方
- 小学5年生以上の方
- (小学5・6年生は18歳以上の保護者の同伴が必要です)
- ※各イベントにより、参加対象が異なります。(トレーニングルーム)
- トレーニングルーム利用カード所持者のみ利用可能
- 完全事前予約制

静岡県立水泳場  
静岡市葵区西ヶ谷357-2  
TEL:054-296-3675  
(月曜 休館)