2023 年　7 月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17 海の日	18	19	20 無料開放日 ・プール開き	21 ・タイムトライアル 10：30-10：50	22 ・アクアチューブ 10：00-12：00 ・思い出撮影会 14：00-14：30
23 ・アクアチューブ 10：00-12：00 ・ミッションIN熱田プール 11：50-12：00 15：50-16：00	24 休館日	25 ・ワンポイントレッスン 13：10-13：30 ・ミッションIN熱田プール 11：50-12：00 15：50-16：00	26 ・タイムトライアル 10：30-10：50 ・思い出撮影会 14：00-14：30	27 ・ワンポイントレッスン 13：10-13：30 ・ミッションIN熱田プール 11：50-12：00 15：50-16：00	28 ・タイムトライアル 10：30-10：50	29 ・アクアチューブ 10：00-12：00 ・思い出撮影会 14：00-14：30
30 ・アクアチューブ 10：00-12：00 ・ミッションIN熱田プール 11：50-12：00 15：50-16：00	31 休館日					

2023 年　8 月

日	月	火	水	木	金	土
		1 ・ワンポイントレッスン 13：10-13：30 ・ミッションIN熱田プール 11：50-12：00 15：50-16：00	2 ・タイムトライアル 10：30-10：50 ・思い出撮影会 14：00-14：30	3 ・ワンポイントレッスン 13：10-13：30 ・ミッションIN熱田プール 11：50-12：00 15：50-16：00	4 ・タイムトライアル 10：30-10：50	5 ・アクアチューブ 10：00-12：00 ・思い出撮影会 14：00-14：30
6 ・アクアチューブ 10：00-12：00 ・ミッションIN熱田プール 11：50-12：00 15：50-16：00	7 休館日	8 ・まるはちイベント 粗品プレゼントなど	9 ・タイムトライアル 10：30-10：50 ・思い出撮影会 14：00-14：30	10 ・ワンポイントレッスン 13：10-13：30 ・ミッションIN熱田プール 11：50-12：00 15：50-16：00	11 ・タイムトライアル 10：30-10：50	12 ・思い出撮影会 14：00-14：30
13 ・ミッションIN熱田プール 11：50-12：00 15：50-16：00	14 ・開場日	15 ・ワンポイントレッスン 13：10-13：30 ・ミッションIN熱田プール 11：50-12：00 15：50-16：00	16 ・タイムトライアル 10：30-10：50 ・思い出撮影会 14：00-14：30	17 ・ワンポイントレッスン 13：10-13：30 ・ミッションIN熱田プール 11：50-12：00 15：50-16：00	18 ・タイムトライアル 10：30-10：50	19 ・アクアチューブ 10：00-12：00 ・思い出撮影会 14：00-14：30
20 ・アクアチューブ 10：00-12：00 ・ミッションIN熱田プール 11：50-12：00 15：50-16：00	21 休館日	22 ・ミッションIN熱田プール 11：50-12：00 15：50-16：00	23 ・タイムトライアル 10：30-10：50 ・思い出撮影会 14：00-14：30	24 ・ワンポイントレッスン 13：10-13：30 ・ミッションIN熱田プール 11：50-12：00 15：50-16：00	25 ・タイムトライアル 10：30-10：50	26 ・アクアチューブ 10：00-12：00 ・思い出撮影会 14：00-14：30
27 ・アクアチューブ 10：00-12：00 ・ミッションIN熱田プール 11：50-12：00 15：50-16：00	28 休館日	29 ・ワンポイントレッスン 13：10-13：30 ・ミッションIN熱田プール 11：50-12：00 15：50-16：00	30 ・タイムトライアル 10：30-10：50 ・思い出撮影会 14：00-14：30	31 最終日 ・ワンポイントレッスン 13：10-13：30 ・ミッションIN熱田プール 11：50-12：00 15：50-16：00		

緊急告知

まるはちの日

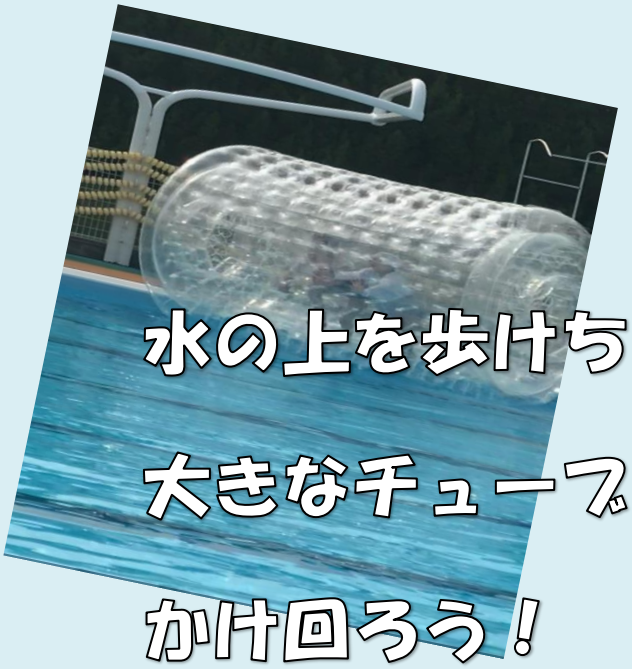
8月8日(火)
イベント開催！

来場者全員に水風船を
プレゼント！

皆様のご来場
お待ちしております！

アクアチューブ

開催！！



水の上を歩けちゃう！？

大きなチューブに入って、プールの上を

かけ回ろう！

日　　程　：毎週土曜日・日曜日（8/12,13 を除く）

時　　間　：10：00～12：00

費　　用　：１０分　１人200円

（同時に２人まで入れます）

（プール入場料は必要です）

受付方法　：当日、プールサイド受付にて

先着順で受付します。

対　　象　：３歳以上

（幼児は保護者同伴のみ利用可能）

■お問い合わせ　名古屋市熱田プール　TEL：052-882-8091

スタンプラリー熱田プール

7月20日(木)～8月31日(木)

(休館日:7/24・31・8/7・21・28)

・入場時にスタンプカードを受付に出してください。

　＊スタンプカードがない方、忘れた方は受付に伝えて下さい。

・受付にてスタンプを押させていただきます。

・スタンプが８個たまった方は景品と交換します。

　(終わったスタンプカードは回収させていただきます)

【 注 意 点 】

・スタンプは１日１個とさせていただきます。

・他のスタンプカードとは合算できませんのでご了承下さい。

★スタンプを貯めて

素敵なプレゼントを

ゲットしよう♪♪

■お問い合わせ

名古屋市熱田プール　　TEL:052-882-8091

ミッションIN熱田プール

毎週火曜日・木曜日・日曜日開催！！

ミッション掲示時間：11:50～12:00

15:50～16:00

- 火曜日、木曜日、日曜日はカードを忘れず持って来てください。
  ＊スタンプカードがない方、忘れた方は受付に伝えて下さい。
- 開始時間になったらミッションを発動します。
- 答えが分かったらカードに答えを記入して下さい。
- スタッフがチェックし正解の方にはスタンプを押します。
  ＊不正解の方は残念・・・再チャレンジ！
- 終了時間になったらミッションの発動は終了します。
- ３回分たまったら景品と交換します。

【 注 意 点 】

- 参加は１日１回とさせていただきます。
- 他のミッションカードとは合算できません。
- 時間外ではミッション内容はお教えできません。

★熱田プールや熱田区に関する問題に答えて素敵な景品をゲットしよう！！

答えはプールのどこかにあるよ♪♪

■お問い合わせ
名古屋市熱田プール：052-882-8091

20分無料ワンポイント

水泳・水中運動教室

◆水中運動の効果◆

水中ウォーキングはダイエットに適した有酸素運動です。水中での運動は燃焼効果が期待でき、効率よく消費カロリーをあげられます。
水圧によって、全身に満遍なく負荷がかかるため、筋肉を少しずつ無理なくつけていくことができます。
水中で行う運動は、浮力があるため腰や膝への負担が少なく、腰痛の方にもおすすめです！
また、筋肉の維持やダイエットだけでなく、気持ちの面でストレス解消にもなりますよ☆
水圧を受けながら呼吸することで、心肺機能も鍛えられます。基礎代謝もＵＰ！！

◆水泳ワンポイント（幼児～小学３年生）◆

・水慣れしたい
・バタ足がうまくできない
・クロールの息つぎのタイミングや方法を教えてほしい
・クロールの手の回し方を教えてほしい
・平泳ぎがうまく泳げない

☆申し込み方法

※当日プール内にて申込受付いたします。
※定員：5 名程度（先着順）
※対象：〈水中運動〉 -どなたでも可
〈水泳〉-幼児～小学 3 年生

◆ 教室は無料ですが、プール利用料は必要です。

開催日程　火・木曜日 13:10～13:30

7/25(火)	7/27(木)	8/1(火)
8/3(木)	8/10(木)	8/15(火)
8/17(木)	8/24(木)	8/29(火)

■お問い合わせ　名古屋市熱田プール　TEL：052-882-8091

＝名古屋市熱田プール＝

タイムトライアル

開催日	毎週水曜日、金曜日
時　間	10：30～10：50
場　所	25mプール
対　象	プール利用で希望される方
定　員	10名（先着順）
申　込	10：15よりプール内にて受付します

日頃の成果を記録に残してみませんか♪

＊記録は熱田プール内およびホームページに掲載させていただきます

■お問い合わせ

名古屋市熱田プール　052-882-8091

思い出撮影会

撮影会ではプールで遊ぶ皆様の笑顔を
撮影し写真をプレゼント！！

毎週水・土曜日
14：00～14:30

※撮影希望の方は、撮影時間内に撮影者にお声かけください。

※先着順にて撮影を行いますのでご了承ください。

※終了時刻になりましたら撮影は終了いたします。時間外では撮影はできません。

※お帰りの際に撮影したものをお渡しいたします。

■お問い合わせ

名古屋市熱田プール　052-882-8091