

※一般開放時間については、予告なしに変更する場合があります。

日	曜	一般開放時間		備考
		50mプール	トレーニング室	
1	日	大会 全館貸切		
2	月	休館日		
3	火	10:00~20:30	10:00~20:15	教室：脂肪燃焼ヨガ HIP HOP初級AB 午前/競泳初級① 夜間/競泳初級night①
4	水	10:00~20:30	10:00~20:15	教室：ビューティヨガAB 柔軟ヨガ 夜間/ジュニア選手育成①
5	木	○10:00~20:30	10:00~20:15	教室：体幹トレーニング 午前/競泳初級2① 午後I/マスターズ選手強化コース① 夜間/ジュニア初級①
6	金	10:00~20:30	10:00~20:15	教室：卓球 ストレッチレッスン
7	土	合宿 全館貸切		
8	日	合宿 全館貸切		
9	月	休館日		
10	火	10:00~20:30	10:00~20:15	教室：脂肪燃焼ヨガ HIP HOP初級AB 午前/競泳初級① 夜間/競泳初級night①
11	水	10:00~20:30	10:00~20:15	教室：ビューティヨガAB 柔軟ヨガ 夜間/ジュニア選手育成①
12	木	○10:00~20:30	10:00~20:15	教室：体幹トレーニング 夜間/ジュニア初級①
13	金	10:00~20:30	10:00~20:15	教室：卓球 ストレッチレッスン
14	土	12:30~20:30	10:00~20:15	教室：飛込競技 こども卓球 骨盤修正ヨガ 午後I/マスターズ練習会③
15	日	12:30~20:30	10:00~20:15	
16	月	休館日		
17	火	10:00~20:30	10:00~20:15	教室：脂肪燃焼ヨガ HIP HOP初級AB 午前/競泳初級① 夜間/競泳初級night①
18	水	10:00~20:30	10:00~20:15	教室：ビューティヨガAB 柔軟ヨガ 夜間/ジュニア選手育成①
19	木	○10:00~20:30	10:00~20:15	教室：体幹トレーニング 午前/競泳初級2① 午後I/マスターズ選手強化コース① 夜間/ジュニア初級①
20	金	合宿 全館貸切		
21	土	合宿 全館貸切		
22	日	合宿 全館貸切		
23	月	休館日		
24	火	10:00~20:30	10:00~20:15	
25	水	10:00~20:30	10:00~20:15	教室：柔軟ヨガ 夜間/ジュニア選手育成①
26	木	○10:00~20:30	10:00~20:15	教室：午前/競泳初級2① 午後I/マスターズ選手強化コース①
27	金	10:00~20:30	10:00~20:15	
28	土	12:30~20:30	10:00~20:15	
29	日	10:00~20:30	10:00~20:15	
30	月	休館日		
31	火	10:00~20:30	10:00~20:15	

☑専用使用ご利用時間(最大利用時間) 午前/10:00~12:30 午後I/12:30~15:00 午後II/15:00~17:30 夜間/17:30~20:30

■ プール休憩時間 12:20 ~ 12:30 14:50 ~ 15:00 17:20 ~ 17:30  
 ※一般利用の方は営業時間内、休憩時間を除く時間はいつでもご利用いただけます。

■ 水深 1,6~1,8m

■ 利用料金(冬料金) プール : 一般600円 高校生以下 300円  
 トレーニングルームのみ : 一般300円 高校生以下 150円

■ トレーニング室 ※初めての方には「講習」を受けていただきます。(事前予約制)

回数券 販売中!  
 1組(11枚)  
 回数券(冬)  
 大人 ¥6,000  
 高校生以下 ¥3,000

木曜日は  
**スタート練習レーン**  
 を作ります。  
(時間にご印がついている日に行います)

サポーターズ会員  
 大募集!!!  
(月額¥3,100)