

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

■ プール休憩時間 11:50 ~ 12:00 14:50 ~ 15:00 17:50 ~ 18:00
 ※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

本曜日は
スタート練習レーン
を作ります。
(時間に0分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)