

※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	水	整備日		
2	木	〇10:00~20:30	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
3	金	10:00~17:00	10:00~16:50	教室：卓球
4	土	大会 全館貸切		
5	日			
6	月	休館日		
7	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
8	水	10:00~20:30	10:00~20:15	教室：ビューティヨガAB 柔軟ヨガ
9	木	〇10:00~20:30	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
10	金	10:00~20:30	10:00~20:15	教室：卓球 ストレッチレッスン
11	土	12:30~20:30	10:00~20:15	教室：飛込競技 骨盤修正ヨガ
12	日	12:30~20:30	10:00~20:15	
13	月	休館日		
14	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
15	水	10:00~20:30	10:00~20:15	教室：ビューティヨガAB 柔軟ヨガ
16	木	〇10:00~20:30	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
17	金	10:00~20:30	10:00~20:15	教室：卓球 ストレッチレッスン
18	土	12:30~20:30	10:00~20:15	教室：飛込競技 マスターズ練習会③
19	日	13:30~20:30	10:00~20:15	
20	月	休館日		
21	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
22	水	10:00~20:30	10:00~20:15	教室：ビューティヨガAB 柔軟ヨガ
23	木	〇10:00~20:30	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
24	金	10:00~20:30	10:00~20:15	教室：卓球 ストレッチレッスン
25	土	合宿 全館貸切		
26	日			
27	月	休館日		
28	火	10:00~17:00	10:00~16:50	教室：脂肪燃焼ヨガ
29	水	大会 全館貸切		
30	木	合宿 全館貸切		

■ 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」を受けていただけます。(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。 (時間により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)
--	---	--------------------------------------