

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

■ 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）~5/31 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

■ 利用料金（夏料金）6/1~ プール：一般500円 高校生以下 250円
トレーニングルームのみ：一般250円 高校生以下 120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

回数券（夏）
大 人 ¥5,000
高校生以下 ¥2,500

木曜日は
スタート練習レーン
を作ります。
（時間に○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）