

日	曜	一般開放時間		備 考
		50mプール	トレーニング室	
1	木	○10:00～20:30	10:00～20:15	教室：競泳初級2① マスターズ選手強化コース①
2	金	10:00～20:30	10:00～20:15	教室：卓球 ストレッチレッスン
3	土	12:30～20:30	10:00～20:15	教室：飛込競技 骨盤修正ヨガ
4	日	13:30～20:30	10:00～20:15	
5	月	休 館 日		
6	火	10:00～20:30	10:00～20:15	教室：脂肪燃焼ヨガ HIP HOP初級 体幹トレーニング 競泳初級① 競泳初級night①
7	水	10:00～20:30	10:00～20:15	教室：ジュニア選手育成 ビューティヨガAB 柔軟ヨガAB
8	木	○10:00～20:30	10:00～20:15	教室：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
9	金	10:00～20:30	10:00～20:15	教室：卓球 ストレッチレッスン
10	土	大会 全館貸切		
11	日			
12	月	12:30～20:30	10:00～20:15	
13	火	休 館 日		
14	水	10:00～20:30	10:00～20:15	教室：ジュニア選手育成 ビューティヨガAB 柔軟ヨガAB
15	木	○10:00～20:30	10:00～20:15	教室：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
16	金	10:00～20:30	10:00～20:15	教室：卓球 ストレッチレッスン
17	土	10:00～20:30	10:00～20:15	教室：飛込競技 骨盤修正ヨガ
18	日	12:30～20:30	10:00～20:15	
19	月	休 館 日		
20	火	10:00～20:30	10:00～20:15	教室：脂肪燃焼ヨガ HIP HOP初級 体幹トレーニング 競泳初級① 競泳初級night①
21	水	10:00～20:30	10:00～20:15	教室：ジュニア選手育成 ビューティヨガAB 柔軟ヨガAB
22	木	○10:00～20:30	10:00～20:15	教室：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
23	金	10:00～20:30	10:00～20:15	教室：卓球 ストレッチレッスン
24	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
25	日	大会 全館貸切		
26	月	休 館 日		
27	火	10:00～20:30	10:00～20:15	教室：脂肪燃焼ヨガ HIP HOP初級 体幹トレーニング 競泳初級① 競泳初級night①
28	水	10:00～20:30	10:00～20:15	教室：ジュニア選手育成 ビューティヨガAB 柔軟ヨガAB
29	木	○10:00～20:30	10:00～20:15	教室：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
30	金	10:00～20:30	10:00～20:15	教室：卓球 ストレッチレッスン
31	土	大会 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（夏料金） 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（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で
一般開放日に50mプールと
トレーニングルームの
両方を使い放題。
（トレーニングルームは講習受
講者のみとなります。）