

※予定表の一般開放レーンについては急な予約がある場合、予告なしに変更する場合があります。

□ ←赤枠はレーン変更が入った個所になります。

日 曜	一般開放時間		一般開放レーン数				備 考
	トレーニング室	50mプール	午前	午後Ⅰ	午後Ⅱ	夜間	
1 火	整 備 日						
2 水	10:00~20:15	10:00~20:30	9	9	9	7	
3 木	10:00~20:15	〇10:00~20:30	9	9	9	7	
4 金	10:00~20:15	10:00~20:30	8	9	9	9	
5 土	10:00~20:15	12:30~20:30	〇	5	7	9	
6 日	10:00~20:15	12:30~20:30	〇	4	3	9	
7 月	休 館 日						
8 火	10:00~20:15	10:00~20:30	9	9	9	6	
9 水	10:00~20:15	10:00~20:30	9	9	9	5	
10 木	10:00~20:15	〇10:00~20:30	9	8	9	4	
11 金	10:00~20:15	10:00~20:30	9	8	9	5	
12 土	10:00~16:50	10:00~16:50	3	9	5	大会準備	教室：飛込競技 骨盤修正ヨガ
13 日	西部スイミングクラブ水泳競技大会						
14 月	休 館 日						
15 火	10:00~20:15	10:00~20:30	8	9	9	5	教室：脂肪燃焼ヨガ 午前/競泳初級① 夜間/競泳初級night①
16 水	10:00~20:15	10:00~20:30	9	9	9	4	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
17 木	10:00~20:15	〇10:00~20:30	8	8	9	4	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
18 金	10:00~20:15	10:00~20:30	9	9	9	7	教室：卓球 ストレッチレッスン
19 土	10:00~20:15	12:30~20:30	〇	3	9	9	教室：飛込競技 こども卓球 午後Ⅰ/マスターズ練習会②
20 日	10:00~20:15	12:30~20:30	〇	9	9	9	
21 月	休 館 日						
22 火	10:00~20:15	10:00~20:30	8	9	9	5	教室：脂肪燃焼ヨガ 午前/競泳初級① 夜間/競泳初級night①
23 水	10:00~20:15	10:00~20:30	9	9	9	4	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
24 木	10:00~20:15	〇10:00~20:30	8	8	9	4	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
25 金	10:00~20:15	10:00~20:30	9	9	9	5	教室：卓球 ストレッチレッスン
26 土	10:00~16:50	12:30~16:50	〇	9	3	大会準備	教室：こども卓球
27 日	第65回 静岡市かしわもち水泳大会						
28 月	休 館 日						
29 火	水球日本選手権東海予選						
30 水	10:00~20:15	10:00~20:30	9	7	9	4	教室：ビューティヨガAB 柔軟ヨガ 夜間/ジュニア選手育成

貸 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）

本曜日は
スタート練習レーン
を作ります。
(特設に〇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)