

【プールご利用時のマナー・ルール】

■シャンプー・石鹼をご使用の上、全身を洗ってから水着の着用をお願いします。
※お化粧や整髪料も必ず落としてください。

■スイミングキャップは必ず着用してください。

■時計やアクセサリー(指輪・ブレスレット・ネックレス・ピアスなど)は必ず外してください。

■コースによって利用方法が異なります。使用方法はプールガードの指示に従ってください。

■スクール等での利用中は、使用可能コースは1レーンのみとなります。※プログラムにより変更もございます。

■各ロッカー内の階段を上がり、脱衣所を通りますとプール入口がございます。更衣は4F脱衣所にてお願いします。

【プール営業時間】

月～土・祝 10:00-21:00

日 10:00-18:30

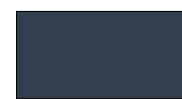
曜日	月 (MON)	火 (TUE)	水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)	日 (SUN)
10:00 OPEN							
コース	1	2	3	4	5	1	2
10:00			YMCA 10:00~11:00		YMCA 10:00~11:00 ※12/3,10 のみ使用	YMCA 10:00~12:00 ※12/11のみ 使用	YMCA 10:00~11:00
11:00	YMCA 10:00~12:30 ※12/1のみ 使用			YMCA 11:00~12:30 ※12/3,17のみ 使用		YMCA 11:00~12:00 ※12/19のみ使用	YMCA 10:50~12:10 ※12/7のみ使用 →1コースも同様
12:00	1.3.5週目 ウォーキング& アクアビクス 大谷 むつみ ----- 2.4週目 アクアビクス 廣田 朋子			泳法レッスン 12:40~13:25 山田 みどり	アクアビクス 12:10~12:55 中田 恵美子		アクアビクス 12:15~13:00 栗山 秀一
13:00		週替わり アクアレッスン 12:55~13:40	YMCA 13:30~15:00 ※12/2,9 のみ使用		YMCA 13:30~15:00 ※12/4, 11 のみ使用		アクアビクス 12:40~13:25 大谷 むつみ
14:00	YMCA 13:40~16:50						【有料イベント】 12/21(日) 14:15~16:30
15:00							『水泳特別講座』 ※イベント詳細は HP・館内告知を ご覧ください。
16:00						YMCA 13:20~18:30	
17:00		YMCA 15:20~18:30	YMCA 15:20~18:30	YMCA 15:20~18:30	YMCA 15:20~18:30		
18:00	YMCA 17:20~19:30	YMCA 18:30~19:30	YMCA 18:30~19:30	YMCA 18:30~19:30	YMCA 18:30~19:30		
19:00		朗泳会 19:30~20:30			朗泳会 19:30~20:30		
20:00							18:30 CLOSE
21:00 CLOSE							



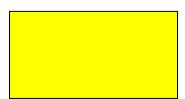
利用可能



アクアビクス



スイミング専用



お客様利用不可
※YMCA使用



ウォーキング専用

【プールご利用時のマナー・ルール】

■シャンプー・石鹼をご使用の上、全身を洗ってから水着の着用をお願いします。
※お化粧や整髪料も必ず落としてください。

■スイミングキャップは必ず着用してください。

■時計やアクセサリー(指輪・ブレスレット・ネックレス・ピアスなど)は必ず外してください。

■コースによって利用方法が異なります。使用方法はプールガードの指示に従ってください。

■スクール等での利用中は、使用可能コースは1レーンのみとなります。※プログラムにより変更もございます。

■各ロッカー内の階段を上がり、脱衣所を通りますとプール入口がございます。更衣は4F脱衣所にてお願いします。

【プール営業時間】

月～土・祝 10:00-21:00

日 10:00-18:30

曜日	月 (MON)	火 (TUE)	水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)	日 (SUN)
10:00 OPEN							
コース	1	2	3	4	5	1	2
10:00		YMCA 10:00～12:00 ※12/29のみ 使用				YMCA 10:00～12:00 ※12/26のみ 使用	YMCA 10:00～12:00 ※12/27のみ 使用
11:00							
12:00					アクアビクス 12:10～12:55 中田 恵美子		アクアビクス 12:15～13:00 栗山 秀一
13:00		週替わり アクアレッスン 12:55～13:40	泳法レッスン 12:40～13:25 山田 みどり				アクアビクス 12:40～13:25 大谷 むつみ
14:00			YMCA 14:00～16:00				
15:00							
16:00							
17:00		YMCA 17:20～19:30					
18:00							
19:00			朗泳会 19:30～20:30			朗泳会 19:30～20:30	
20:00							
21:00 CLOSE							



利用可能



アクアビクス



スイミング専用



お客様利用不可
※YMCA使用



ウォーキング専用