



# POOL SCHEDULE

東陽町スーパーセンター

CHANGE YOUR BODY. CHANGE YOUR LIFE.™

2025/12/1～21

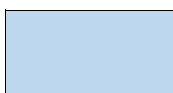
休館日 12/8 ※12/8更新

## 【プールご利用時のマナー・ルール】

- シャンプー・石鹸をご使用の上、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（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	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5		
10:00			YMCA 10:00～12:30 ※12/1のみ 使用					YMCA 10:00～11:00 ※12/3,10 のみ使用				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 ※12/19のみ使用				YMCA 10:00～12:00										
11:00																																					
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						アクアビクス 12:40～13:25 大谷 むつみ													
13:00																																					
14:00			過替わり 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					YMCA 13:30～15:00 ※12/4, 11 のみ使用						YMCA 13:20～18:30													
15:00																																					
16:00			YMCA 13:40～16:50					YMCA 15:20～18:30					YMCA 15:20～18:30					YMCA 15:20～18:30						YMCA 15:20～18:30													
17:00																																					
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																																					
20:00			朗泳会 19:30～20:30					朗泳会 19:30～20:30					朗泳会 19:30～20:30					朗泳会 19:30～20:30						朗泳会 19:30～20:30													
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



# POOL SCHEDULE

東陽町スーパーセンター

CHANGE YOUR BODY. CHANGE YOUR LIFE.™

2025/12/22～31

休館日 12/8 ※12/8更新

## 【プールご利用時のマナー・ルール】

- シャンプー・石鹸をご使用の上、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（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	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
10:00	YMCA 10:00～12:00 ※12/29のみ 使用	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																																		
11:00																																				
12:00																																				
13:00																																				
14:00																																				
15:00																																				
16:00																																				
17:00																																				
18:00																																				
19:00																																				
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