

【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。
- ※お化粧品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	1	2	3	4	5
10:00	YMCA 10:00～12:00 ※3/30のみ使用															YMCA 10:00～12:00 ※3/26のみ使用					YMCA 10:00～12:00 ※3/27のみ使用					YMCA 10:00～12:00 ※3/28のみ使用					YMCA 10:00～12:00 ※3/29のみ使用									
11:00	YMCA 10:00～12:00 ※3/30のみ使用															YMCA 10:00～12:00 ※3/26のみ使用					YMCA 10:00～12:00 ※3/27のみ使用					YMCA 10:00～12:00 ※3/28のみ使用					YMCA 10:00～12:00 ※3/29のみ使用									
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															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	通替わり 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 13:30～15:00 ※3/24のみ 使用																																		
15:00						YMCA 15:20～18:30 ※3/24のみ使用																																		
16:00						YMCA 15:20～18:30 ※3/24のみ使用																																		
17:00	YMCA 17:20～19:30 ※3/23のみ 使用					YMCA 15:20～18:30 ※3/24のみ使用																																		
18:00	YMCA 17:20～19:30 ※3/23のみ 使用					YMCA 18:30～19:30 ※3/24のみ使用																																		
19:00	YMCA 17:20～19:30 ※3/23のみ 使用					YMCA 18:30～19:30 ※3/24のみ使用																																		
20:00						朗泳会 19:30～20:30															朗泳会 19:30～20:30										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			



POOL SCHEDULE 東陽町スーパーセンター

CHANGE YOUR BODY. CHANGE YOUR LIFE.™

2026/4

休館日 4/13 ※3/24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 10:00~11:00 ※4/7使用なし	YMCA 10:00~11:00 ※4/29使用なし	YMCA 10:00~11:00 ※4/3使用なし	YMCA 10:00~11:00 ※4/3使用なし	
11:00	YMCA 10:00~12:30			YMCA 10:00~12:00 ※4/2使用なし		YMCA 10:00~12:00 ※4/4使用なし	
12:00		YMCA 11:00~12:40 ※4/7使用なし			アクアビクス 12:10~12:55 中田 恵美子		
13:00	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 交替わり アクアレッション 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 12:15~13:00 栗山 秀一	アクアビクス 12:40~13:25 大谷 むつみ
14:00		YMCA 13:30~15:10 ※4/7使用なし	YMCA 13:30~14:15 ※4/29使用なし	YMCA 13:30~15:10 ※4/2使用なし	YMCA 13:30~15:10 ※4/3使用なし		
15:00							
16:00		YMCA 15:20~18:30 ※4/7使用なし	YMCA 15:20~18:30 ※4/1使用なし	YMCA 15:20~18:30 ※4/2,30使用なし	YMCA 15:20~18:30 ※4/3使用なし	YMCA 13:20~18:30 ※4/4使用なし	
17:00							
18:00	YMCA 17:20~19:30 ※4/6使用なし						
19:00		YMCA 18:30~19:30 ※4/7使用なし	YMCA 18:30~19:30 ※4/1使用なし	YMCA 18:30~19:30 ※4/2,30使用なし	YMCA 18:30~19:30 ※4/3使用なし		
20:00		朗泳会 19:30~20:30			朗泳会 19:30~20:30		
21:00 CLOSE							18:30 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			