

【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 10:00-19:00

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 ※4/2,30 使用なし	YMCA 10:00~11:00	YMCA 10:00~11:00	YMCA 10:00~11:00 ※4/5 使用なし	YMCA 10:00~11:00
11:00	YMCA 10:00~12:55 ※4/29 使用なし	YMCA 11:00~12:30 ※4/2,30 使用なし		YMCA 10:00~12:00		YMCA 10:00~12:00 ※4/6 使用なし	10:30~11:30 ※4/28のみ使用
12:00	アクアビクス 12:55~13:40 木本 拓也	泳法レッスン 12:40~13:25 山田 みどり	【有料レッスン】 4/18 13:05~13:35 アクアウォーキングコンディショニング 中田 恵美子 ※HP・館内告知もご確認ください	アクアビクス 12:10~12:55 中田 恵美子			
13:00					YMCA 12:45~13:30		
14:00	YMCA 13:40~15:00 ※4/1,29 使用なし	YMCA 13:30~15:00 ※4/2,30 使用なし	YMCA 13:10~14:45	YMCA 13:00~15:20 ※4/4 使用なし	YMCA 13:30~15:00 ※4/5 使用なし		アクアビクス 12:40~13:25 大谷 むつみ
15:00							
16:00		YMCA 15:20~18:30 ※4/2,30 使用なし	YMCA 15:20~18:30 ※4/3 使用なし	YMCA 15:20~18:30 ※4/4 使用なし	YMCA 15:20~18:30 ※4/5 使用なし	YMCA 13:20~18:30 ※4/6 使用なし	
17:00							
18:00	YMCA 17:20~19:30 ※4/1,29 使用なし						
19:00		YMCA 18:30~19:30 ※4/2,30 使用なし	YMCA 18:30~19:30 ※4/3 使用なし	YMCA 18:30~19:30 ※4/4 使用なし	YMCA 18:30~19:30 ※4/5 使用なし		
20:00		朗泳会 19:30~20:30			朗泳会 19:30~20:30		
						アクアビクス 18:45~19:30 大谷 むつみ	19:00 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 10:00-19:00

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		YMCA 10:00~11:00	YMCA 10:00~11:00 ※5/3 使用なし	
11:00	YMCA 10:00~12:55 ※5/2,5/27 使用なし		YMCA 11:00~12:30		YMCA 10:00~12:00	YMCA 10:00~12:00 ※5/4使用なし	10:30-11:30 ※5/19のみ使用
12:00	アクアビクス 12:55~13:40 本本 拓也	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 嘉美子		11:00-12:00 ※5/12のみ使用
13:00							
14:00	YMCA 13:40~15:00 ※5/6使用なし	YMCA 13:30~15:00	YMCA 13:10~14:45	YMCA 13:00~15:20	YMCA 13:30~15:00 ※5/3使用なし		アクアビクス 12:40~13:25 大暮 むつみ
15:00							
16:00						YMCA 13:20~18:30 ※5/4使用なし	
17:00		YMCA 15:20~18:30	YMCA 15:20~18:30 ※5/1使用なし	YMCA 15:20~18:30 ※5/2使用なし	YMCA 15:20~18:30 ※5/3使用なし		
18:00	YMCA 17:20~19:30						
19:00		YMCA 18:30~19:30	YMCA 18:30~19:30 ※5/1使用なし	YMCA 18:30~19:30 ※5/2使用なし	YMCA 18:30~19:30 ※5/3使用なし		
20:00		朗泳会 19:30~20:30			朗泳会 19:30~20:30	アクアビクス 18:45~19:30 大暮 むつみ	
21:00 CLOSE							19:00 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		