

【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
11:00							YMCA 10:00~12:00 ※12/27のみ 使用
12:00							
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 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 12:10~12:55 中田 恵美子		アクアビクス 12:15~13:00 栗山 秀一
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

【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)					
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	
10:00									YMCA 10:00～ 11:00 ※1/6のみ 使用なし																						
11:00																															
12:00																															
13:00																															
14:00																															
15:00																															
16:00																															
17:00																															
18:00																															
19:00																															
20:00																															
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