



# POOL SCHEDULE 東陽町スーパーセンター

CHANGE YOUR BODY. CHANGE YOUR LIFE.™

2026/2/9～28

休館日 2/9 ※1/23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】

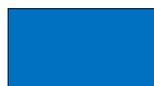
月～土・祝 10:00-21:00

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 ※2/10 使用なし		YMCA 10:00～11:00 ※2/11 使用なし		
11:00	YMCA 10:00～12:30 ※2/23 使用なし			YMCA 10:00～11:30 ※2/19 のみ使用		YMCA 10:00～12:00	YMCA 10:30～11:30 ※2/15 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			
13:00	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							
15:00							
16:00						YMCA 13:20～18:30	
17:00		YMCA 15:20～18:30 ※2/10 使用なし	YMCA 15:20～18:30 ※2/11 使用なし	YMCA 15:20～18:30 ※2/12 使用なし	YMCA 15:20～18:30 ※2/13 使用なし		
18:00	YMCA 17:20～19:30						
19:00		YMCA 18:30～19:30 ※2/10 使用なし	YMCA 18:30～19:30 ※2/11 使用なし	YMCA 18:30～19:30 ※2/12 使用なし	YMCA 18:30～19:30 ※2/13 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



# POOL SCHEDULE 東陽町スーパーセンター

CHANGE YOUR BODY. CHANGE YOUR LIFE.™

2026/3/1~22

休館日 3/9 ※2/21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	1	2	3	4	5
10:00									YMCA 10:00~11:00					YMCA 10:00~11:00 ※3/4使用なし					YMCA 10:00~11:30 ※3/12のみ使用										YMCA 10:00~11:00																
11:00			YMCA 10:00~12:30																																										
12:00																																													
13:00																																													
14:00																																													
15:00																																													
16:00																																													
17:00																																													
18:00																																													
19:00																																													
20:00																																													
21:00 CLOSE																																													

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

※3/15のみ使用

	⇒	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.™

2026/3/23～31

休館日 3/9 ※1/23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	1	2	3	4	5
10:00																																													
11:00																																													
12:00																																													
13:00																																													
14:00																																													
15:00																																													
16:00																																													
17:00																																													
18:00																																													
19:00																																													
20:00																																													
21:00 CLOSE																																													

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

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

YMCA  
13:30～15:00  
※3/24のみ  
使用

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

YMCA  
15:20～18:30  
※3/24のみ使用

YMCA  
17:20～19:30  
※3/23のみ  
使用

YMCA  
18:30～19:30  
※3/24のみ使用

朗泳会  
19:30～20:30

朗泳会  
19:30～20:30

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			