

# 12月のプール情報

12 月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
18時まで	休館					
9	10	11	12	13	14	15
18時まで	休館					
16	17	18	19	20	21	22
18時まで	休館					
23	24	25	26	27	28	29
18時まで	18時まで	休館				休館
30	31	開館10時			閉館20時	
休館	休館					

平成31年 1 月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		休館	休館	16時まで		
6	7	8	9	10	11	12
18時まで	休館					
13	14	15	16	17	18	19
18時まで	18時まで	休館				
20	21	22	23	24	25	26
18時まで	休館					
27	28	29	30	31		
18時まで	休館					

開館10時  閉館20時

2 月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
18時まで	休館					
10	11	12	13	14	15	16
18時まで	18時まで	休館				
17	18	19	20	21	22	23
18時まで	休館				休館	
24	25	26	27	28		
18時まで	休館					

開館10時  閉館20時

▼健康維持・増進にお役立てください♪

## 1ヵ月シニアフリーパス券

有効期限：購入日を含む30日間  
(休館日を除く)

対 象：満60歳以上  
料 金：4,000円

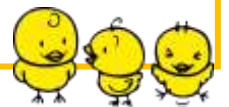
※有効期限内は何度でもご利用できます。  
※自主事業にもご利用できます。  
※申し込みの際、本人確認が出来るものをお持ちください。

▼通常ペアで800円が500円に！

## ファミリー割引入場券

対 象：保護者(18歳以上)と  
小学生以下のペア  
入 場 料：ペアで500円

※3人目は通常料金になります。  
高校生以上1名 500円  
中学生以下1名 300円



▼ご参加お待ちしております！

## 自主事業等情報

- ・スイムレッスン レベルに応じてクロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライの基礎を練習します！
- ・楽々ウォーキング 健脚度の維持・増進を目的に水中でのウォーキングを行います！
- ・インターバルウォーキング 脚力の向上を目的に、3分ごとに早足とウォーキングを行います！
- ・アクアサーキット ウォーキングと筋カトレニングを交互に行い、筋力、持久力を向上させるプログラムです！

- ・2019 初泳ぎ無料開放を開催します！ 平成31年1月3日(木)午前10時～午後4時  
来場された方に先着でお餅をお配りいたします。皆様のご来場お待ちしております！

- ・ファミリー教室 平成30年12月15日(土)、平成31年1月19日(土)、2月16日(土)  
内 容：水慣れ、水遊び 対 象：就学前児童(3～6歳)とその保護者のペア 定 員：10組(定員になり次第締め切り)  
入場料：500円(3名以上でご参加の場合就学前児童1名につき300円、保護者1名につき500円加算いたします。)  
申込期限：各教室日より1週間前 皆様のご参加お待ちしております！