

屋内温水プール 2019年3月のお知らせ

3月

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

- ・スィムレッスン 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ー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！