

屋内温水プール 2019年7~9月のお知らせ

(令和元年) 7月 開館10時

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

火~土 20時まで
 19時まで

8月 開館10時

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

火~土 20時まで
 19時まで

9月 開館10時

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

火~土 20時まで
 19時まで

▼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！