

屋内温水プール 2020年10～12月のお知らせ

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

火～土 20時まで
 18時まで

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

火～土 20時まで
 18時まで

12月							開館10時
日	月	火	水	木	金	土	
		1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12	
18時まで	休館						
13	14	15	16	17	18	19	
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	休館	休館	休館			

火～土 20時まで
 18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！

注) 前月末日までの予約数が4名以下の場合は、休講とさせていただきます。