

屋内温水プール 2020年7~9月のお知らせ

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

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