

【プールご利用時のマナー・ルール】

- シャンプー・石鹸をご使用の上、全身を洗ってから水着の着用をお願いします。
- ※お化粧や整髪料も必ず落としてください。
- スイミングキャップは必ず着用してください。**
- 時計やアクセサリ（指輪・ブレスレット・ネックレス・ピアスなど）は必ず外してください。
- コースによって利用方法が異なります。使用方法是プールガードの指示に従ってください。
- スクール等での利用中は、使用可能コースは1レーンのみとなります。**※プログラムにより変更もございます。**
- 各ロッカー内の階段を上がり、脱衣所を通りますとプール入口がございます。更衣は4F脱衣所にてお願いします。

【プール営業時間】

月～土・祝 10:00～21:00
日 10:00～18:30

曜日	月 (MON)					火 (TUE)					水 (WED)					木 (THU)					金 (FRI)					土 (SAT)					日 (SUN)																						
10:00 OPEN																																																					
コース	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5																		
10:00			YMCA 10:00～12:30										YMCA 10:00～11:00																																								
11:00			YMCA 10:00～12:30					YMCA 11:00～12:00																				YMCA 10:00～12:00						YMCA 10:00～12:30																			
12:00			YMCA 10:00～12:30					泳法レッスン 12:05～12:50 山田 みどり										アクアビクス 12:10～12:55 中田 恵美子																アクアビクス 12:15～13:00 栗山 秀一																			
13:00			週替わり アクアレッスン 12:55～13:40					YMCA 12:50～15:20					YMCA 12:50～15:20						YMCA 12:55～15:20																		アクアビクス 12:40～13:25 大谷 むつみ																
14:00			1.3.5週目 ウォーキング& アクアビクス 大谷 むつみ 2.4週目 アクアビクス 廣田 朋子					YMCA 12:50～15:20					YMCA 12:50～15:20						YMCA 12:55～15:20																																		
15:00			YMCA 17:20～19:30					YMCA 15:20～18:30					YMCA 15:20～18:30						YMCA 15:20～18:30																																		
16:00			YMCA 17:20～19:30					YMCA 15:20～18:30					YMCA 15:20～18:30						YMCA 15:20～18:30																																		
17:00			YMCA 17:20～19:30					YMCA 15:20～18:30					YMCA 15:20～18:30						YMCA 15:20～18:30																																		
18:00			YMCA 17:20～19:30					YMCA 15:20～18:30					YMCA 15:20～18:30						YMCA 15:20～18:30																																		
19:00			YMCA 17:20～19:30					YMCA 18:30～19:30					YMCA 18:30～19:30						YMCA 18:30～19:30																																		
20:00			YMCA 17:20～19:30					朗泳会 19:30～20:30											YMCA 18:30～19:30																																		
21 : 00 CLOSE																																																					
18 : 30 CLOSE																																																					



利用可能



アクアビクス



スイミング専用



お客様利用不可
※YMCA使用



ウォーキング専用



ウォーキング専用

【プールご利用時のマナー・ルール】

- シャンプー・石鹸をご使用の上、全身を洗ってから水着の着用をお願いします。
- ※お化粧や整髪料も必ず落としてください。
- スイミングキャップは必ず着用してください。**
- 時計やアクセサリ（指輪・ブレスレット・ネックレス・ピアスなど）は必ず外してください。
- コースによって利用方法が異なります。使用方法是プールガードの指示に従ってください。
- スクール等での利用中は、使用可能コースは1レーンのみとなります。**※プログラムにより変更もございます。**
- 各ロッカー内の階段を上がり、脱衣所を通りますとプール入口がございます。更衣は4F脱衣所にてお願いします。

【プール営業時間】
月～土・祝 10:00～21:00
日 10:00～18:30

曜日	月 (MON)					火 (TUE)					水 (WED)					木 (THU)					金 (FRI)					土 (SAT)					日 (SUN)							
10:00 OPEN																																						
コース	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5			
10:00			YMCA 10:00～12:30									YMCA 10:00～11:00																										
11:00			YMCA 10:00～12:30					YMCA 11:00～12:00 ※8/18使用なし										YMCA 11:00～12:00																				
12:00																																						
13:00			週替わり アクアレッション 12:55～13:40						泳法レッスン 12:40～13:25 山田 みどり																													
14:00	1.3.5週目 ウォーキング& アクアビクス 大谷 むつみ 2.4週目 アクアビクス 廣田 朋子						YMCA 13:50～15:20 ※8/18のみ使用				YMCA 13:50～15:20 ※8/19のみ使用				YMCA 13:50～15:20 ※8/20のみ使用				YMCA 13:50～15:20 ※8/21のみ使用																			
15:00																																						
16:00							YMCA 15:20～18:30					YMCA 15:20～18:30					YMCA 15:20～18:30					YMCA 15:20～18:30																
17:00			YMCA 17:20～19:30																																			
18:00			YMCA 17:20～19:30																																			
19:00			YMCA 18:30～19:30					YMCA 18:30～19:30					YMCA 18:30～19:30					YMCA 18:30～19:30																				
20:00								朗泳会 19:30～20:30																														
21 : 00 CLOSE																																						



利用可能



アクアビクス



スイミング専用



お客様利用不可
※YMCA使用



ウォーキング専用

【プールご利用時のマナー・ルール】

- シャンプー・石鹸をご使用の上、全身を洗ってから水着の着用をお願いします。
- ※お化粧や整髪料も必ず落としてください。
- スイミングキャップは必ず着用してください。**
- 時計やアクセサリ（指輪・ブレスレット・ネックレス・ピアスなど）は必ず外してください。
- コースによって利用方法が異なります。使用方法はプールガードの指示に従ってください。
- スクール等での利用中は、使用可能コースは1レーンのみとなります。**※プログラムにより変更もございます。**
- 各ロッカー内の階段を上がり、脱衣所を通りますとプール入口がございます。更衣は4F脱衣所にてお願いします。

【プール営業時間】

月～土・祝 10:00～21:00
日 10:00～18:30

曜日	月 (MON)					火 (TUE)					水 (WED)					木 (THU)					金 (FRI)					土 (SAT)					日 (SUN)				
10:00 OPEN																																			
コース	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
10:00																																			
11:00																																			
12:00																																			
13:00																																			
14:00																																			
15:00																																			
16:00																																			
17:00																																			
18:00																																			
19:00																																			
20:00																																			
21 : 00 CLOSE																																			



⇒ 利用可能



⇒ スイミング専用



⇒ ウォーキング専用



⇒ アクアビクス



⇒ お客様利用不可
※YMCA使用