

【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			YMCA 10:00～12:30									YMCA 10:00～11:00																								
11:00			YMCA 10:00～12:30					YMCA 11:00～12:00 ※8/25使用なし					YMCA 11:00～12:00																							
12:00														アクアビクス 12:10～12:55 中田 恵美子																						
13:00			週替わり アクアレッスン 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 勝子						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																																				
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												朗泳会 19:30～20:30																
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

【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			YMCA 10:00～12:30 ※9/21使用なし					YMCA 10:00～11:00 ※9/29使用なし					YMCA 10:00～11:00 ※9/23使用なし					YMCA 10:00～12:00 ※9/17のみ使用					YMCA 10:00～11:00					YMCA 10:00～12:00 ※9/26使用なし					YMCA 10:45～12:10 ※9/13のみ使用							
11:00			YMCA 10:00～12:30 ※9/21使用なし										YMCA 11:10～12:40 ※9/30のみ使用															YMCA 10:00～12:30 ※9/27のみ使用												
12:00			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					泳法レッスン 12:40～13:25 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					アクアビクス 12:40～13:25 大谷 むつみ							
13:00			週替わり アクアレッスン 12:55～13:40																																					
14:00			泳法レッスン 13:50～14:30 大谷 むつみ															YMCA 13:40～15:10 ※9/17のみ使用																						
15:00	【有料】定員15名 9/21 ¥550 ※9/7のみ無料 13:50～14:20																																							
16:00								YMCA 15:20～18:30 ※9/29使用なし					YMCA 15:20～18:30 ※9/30使用なし					YMCA 15:20～18:30					YMCA 15:20～18:30					YMCA 13:20～18:30 ※9/26使用なし												
17:00																																								
18:00			YMCA 17:20～19:30																																					
19:00								YMCA 18:30～19:30 ※9/29使用なし					YMCA 18:30～19:30 ※9/30使用なし					YMCA 18:30～19:30					YMCA 18:30～19:30																	
20:00								朗泳会 19:30～20:30															朗泳会 19:30～20:30																	
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