



開始時間 9:00		遊泳終了 20:50										閉館 21:00			
		9時	11	13	15	17	19	21	9時	11	13	15	17	19	21
1	木					2	3	2							
2	金						3	2							
3	土														
4	日														
5	月					2	2	2							
6	火	休 場 日 (毎月第1火曜日です)													
7	水						3								
8	木						3	2							
9	金														
10	土														
11	日														
12	月	スポーツフェスティバル													
13	火														
14	水						3	2							
15	木						3	2							
16	金														
17	土														
18	日														
19	月														
20	火														
21	水														
22	木														
23	金														
24	土														
25	日														
26	月														
27	火														
28	水														
29	木														
30	金														
31	土														

個人利用ができます

《一方通行コース》 25m完泳できる方
《自由遊泳コース》 ウォーキング可

※一方通行レーンは9時～11時および18時～20時は全面ターン禁止です

	個人利用ができます	◀一方通行コース> 25m完泳できる方
	歩行専用コースがあります	◀自由遊泳コース> ウォーキング可
	個人と団体使用の共用です(数字は団体使用予定コース数)	
	個人と行政使用の共用です(数字は行政使用予定コース数)	
	水泳教室で使います	

♪木曜アクアサイズ (10:00～10:55)



ベーシックアクア 10月8日

シェイプアップアクア 10月22日

定員: 各20名 申込順 参加料: 500円

対象: 区内在住・在勤・在学15歳以上(中学生を除く)

事前予約: 各開催日1週間前の朝10時から電話受付開始

うきうきウォーキング (10:00～10:55) 10月13日・20日・27日(火)

定員: 各10名 申込順 入場料のみ

対象: 区内在住・在勤・在学15歳以上(中学生を除く)

事前予約: 各開催日1週間前の朝10時から電話受付開始

社会情勢により変更になる場合があります

プレスト(平泳ぎ)ナイト ①② 10月9日・23日(金)

①初級者向きの基本レッスン(19時～19時50分)

※泳法によらず25m泳げる方

②中級者向きのレッスン(20時～20時50分)

※平泳ぎで25m泳げる方

定員: ①②共 各10名 申込順 入場料のみ

対象: 区内在住・在勤・在学15歳以上(中学生を除く)

事前予約: 各開催日1週間前の朝10時から電話受付開始

◎ワンポイントレッスン (10:00～10:55)

10月4日・18日(日)

入場料のみ 先着8名 当日受付 ※9:50～プールサイドで受付

対象: 一般区民 (小学3年生までは水着着用の付添の方が要ります)



泳力アップ (11:00～11:55)

☆ 初級コース(クロール・平泳ぎ) 4日 ★ 中級コース(全泳法) 18日

定員: 各8名 申込順 入場料のみ

対象: 区内在住・在勤・在学15歳以上(中学生を除く)

事前予約: 各開催日1週間前の朝10時から電話受付開始