



※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

開始時間 9:00							遊泳終了 20:50							閉館 21:00						
9 時 1 1 1 3 1 5 1 7 1 9 2 1							9 時 1 1 1 3 1 5 1 7 1 9 2 1													
1	火	休 場 日 (毎月第1火曜日です)						16	水	2	2	2	2	2	2					
2	水							17	木				2	2	2					
3	木							18	金	2	2	2	2	2	2					
4	金							19	土	アーティスティックスイミング					教室 2					
5	土	アーティスティックスイミング						20	日	◎	★	泳力UP中級								
6	日							21	月											
7	月							22	火											
8	火					2		23	水											
9	水							24	木	2人	シェイプアップ			2	2	2				
10	木	2人	ベーシック					25	金	2	2	2	2	2	2					
11	金							26	土	アーティスティックスイミング					教室 2					
12	土	アーティスティックスイミング						27	日											
13	日							28	月				2	2	2					
14	月							29	火	小学生チャレンジスイム①②					教室 2					
15	火	小学生チャレンジスイム①②						30	水	2	2	2	2	2	2					
						教室 2														

- 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
- 歩行専用コースがあります
- 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)
- 教室 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

9月10日 (9月3日から受付開始)



シェイプアップアクア

9月24日 (9月17日から受付開始)

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10時から電話受付

◎ワンポイントレッスン (入場料のみ・当日受付 先着8名)

9月20日(日) 10:00～10:55

※当日プールサイドで受付(受付時間 9:50～)

対象: 区内在住・在勤・在学の方

※小学3年生までは水着着用の付添の方が必要



泳力アップ (入場料のみ・要予約 申込順 8名)



★ 中級コース(全泳法)

9月20日(日) 11:00～11:55

対象: 区内在住・在勤・在学15歳以上(中学生を除く)

〈中級〉クロール・平泳ぎで25m完泳できる方

事前予約: 開催日の1週間前の10時から電話受付

社会状況により変更になる場合があります