

《プール》 1 回制教室のご案内

事前申し込み不要！



その場で気軽にご参加できます！

水の中で 歩いて 泳いで 全身運動！！



【お客様のリクエストに合わせて、ワンポイント的に指導を行います】

教室名	時間	定員	使用コース	参加費
Enjoy スイム	月 12 : 30 ~ 13 : 20 土 10 : 30 ~ 11 : 20	20 名	窓側 1 レーン	1,050 円

泳法・泳力問わず、その場でリクエストに合わせたメニューでレッスンをします。

【水の中で音楽に合わせて身体を動かそう！】

教室名	時間	定員	使用コース	参加費
アクアビクス	月 11 : 30 ~ 12 : 20 木 19 : 30 ~ 20 : 20 金 11 : 30 ~ 12 : 20	各 20 名	窓側 1,2 レーン (小体育室側)	1,050 円
アクアシェイプ	土 11 : 30 ~ 12 : 20			

- ▶ 15 歳以上（中学生は除く）の方が対象です。
- ▶ 教室開始 30 分前からチケット販売開始となります。購入後、チケットを総合受付にご提示ください。
- ▶ 祝日・お盆期間・年末年始・施設点検日（不定期）は休講となります
- ▶ 開催日に変更がある場合や台風・地震等の自然災害での休館・休講がある場合、総合受付・当ホームページ・X（旧 Twitter）にて早急にお知らせいたします。

ご不明な点は総合受付までお問い合わせください。