

サービスプログラム

施設利用料のみでどなたでも参加していただくことができます。

ピラティス（定員 12 名）：全身の筋力を高め、姿勢・骨盤矯正を目的として行います。（☆前日までの事前予約が必要です）

初めてスイム（定員 5 名）：クロールを中心にゆったりと長く泳げることを目的として行います。



有料プログラム

卓球教室 対象：小学生以上 総合体育館にて、初歩から優しく丁寧に指導します。（1 回 700 円 回数券（11 枚綴り）6500 円）

スイミングスクール

■こどものスクール

幼 児 対象：3 歳～年長 水中での身体のコントロールを覚えます。浮く、潜るが自由に行えるようになることが目標です。

小中学生 対象：小 1～中 3 泳ぎの基本を丁寧に指導します。4 泳法（クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ）マスターが目標です。

〈料 金〉

| コース | 料金 |
|----------|-----------------|
| 週 1 回コース | 4500 円/月（月 4 回） |
| 週 2 回コース | 6000 円/月（月 8 回） |
| フリーコース | 7000 円/月（制限なし） |



■おとなのスクール

〈クラス〉

ウォーキング 対象：中学生以上 水中ウォーキングを通して、バランス感覚・筋力の向上を目指します。

大人スイム（初級） 対象：中学生以上 4 泳法の基礎を練習します。泳げなくても大丈夫！挑戦心と、めげない心で頑張りましょう！

大人スイム（初中・中） 対象：中学生以上 4 泳法の上達を目標に練習します。日々の体力向上を目指します。

大人スイム（上級） 対象：中学生以上 4 泳法のさらなるスキルアップを目標に練習します。マスターズ出場を目指しませんか？

一般遊泳 対象：中学生以上 レッスンに入らず自主練習するコースです。

定期券のように毎月更新する必要がなく、口座引き落としでプールもジムも利用ができます。



〈料金〉

大人（高校生～59 歳）

| コース | 料金 |
|----------|------------------|
| 月 4 回コース | 4500 円/月（4 回） |
| フリーコース | 6000 円/月（制限なし） |
| 一般遊泳コース | 4500 円/月（レッスンなし） |

大人（60 歳以上）

| コース | 料金 |
|----------|------------------|
| 月 4 回コース | 3000 円/月（4 回） |
| フリーコース | 4000 円/月（制限なし） |
| 一般遊泳コース | 2500 円/月（レッスンなし） |

大人のフリーコースでは

- ・スクール参加制限なし
 - ・プール一般遊泳 OK
 - ・トレーニングルーム利用 OK
- と大変お得になっております！

よつか温水プール

営業時間 9:00～21:00

休館日 毎月第 2 火曜日、年末年始

お問合せ 079-662-5744