

■2024年11月28日(木)～30日(土)の営業について

変則営業の為、時間等ご確認ください。

| 日          | コース      | 9:45                           | 10:00～10:45    | 10:50～11:35              | 11:40      | 17:00  | 19:15        | 19:40～20:25  | 21:30                |                  |   |            |              |       |
|------------|----------|--------------------------------|----------------|--------------------------|------------|--|--------------|--------------|----------------------|------------------|---|------------|--------------|-------|
| 28日<br>木曜日 | 1コース     | 9:45以前の営業はありません                | 入館は<br>9:45    | 水中ウォーキング                 | 初心者クロール    | 自由遊泳 11:40～17:00   | 退館は<br>17:10 | 利用<br>できません  | 入館は<br>19:15         | 自由遊泳 19:15～21:30 | 退館は<br>21:40  |            |              |       |
|            | 2コース     |                                |                | 平泳ぎ                      | チャレンジスイム   |  |              |              |                      |                  |   | チャレンジスイム   |              |       |
| 3コース       | クロール1000 |                                |                | クロール800                  | クロール800    |  |              |              |                      |                  |   |            |              |       |
| 4コース       |          |                                |                |                          |            |  |              |              |                      |                  |   |            |              |       |
| 5コース       |          |                                |                |                          |            |  |              |              |                      |                  |   |            |              |       |
| 6コース       |          |                                |                |                          |            |  |              |              |                      |                  |   |            |              |       |
|            | スタジオ     |                                |                | 機能改善<br>12:00～12:30      |            |  |              |              |                      |                  |   |            |              |       |
| 29日<br>金曜日 | 1コース     | 入館は<br>8:00                    | 自由遊泳 8:00～9:45 | 初心者クロール                  | 流水ウォーキング   | 自由遊泳 11:40～17:00   | 退館は<br>17:10 | 利用<br>できません  | 入館は<br>19:15         | アップ<br>プール       | すべての会員様<br>ご参加OK<br>歩き納め・泳ぎ納め<br>①歩き納め(40分)<br>②25M×30本<br>③25M×50本<br>④50M×30本<br>⑤50M×50本 | ダウン<br>プール | 退館は<br>21:00 |       |
|            | 2コース     |                                |                | クロール800                  | パタフライ      |  |              |              |                      |                  |   |            |              | パタフライ |
| 3コース       | 4泳法スイム   |                                |                | 背泳ぎ                      | 背泳ぎ        |  |              |              |                      |                  |   |            |              |       |
| 4コース       |          |                                |                |                          |            |  |              |              |                      |                  |   |            |              |       |
| 5コース       |          |                                |                |                          |            |  |              |              |                      |                  |   |            |              |       |
| 6コース       |          |                                |                |                          |            |  |              |              |                      |                  |   |            |              |       |
|            | スタジオ     | リラクゼーション<br>ストレッチ<br>9:00～9:30 |                |                          |            |  |              |              |                      |                  |   |            |              |       |
| 30日<br>土曜日 | 1コース     | 9:20以前の営業はありません                | 入館は<br>9:20    | すべての会員様<br>ご参加OK<br>歩き納め | アップ<br>プール | すべての会員様<br>ご参加OK<br>泳ぎ納め<br>①25M×30本<br>②25M×50本<br>③50M×30本<br>④50M×50本 | ダウン<br>プール   | 退館は<br>12:00 | 12:00以降の<br>営業はありません |                  |   |            |              |       |
|            | 2コース     |                                |                |                          |            |  |              |              |                      |                  |   |            |              |       |
| 3コース       |          |                                |                |                          |            |  |              |              |                      |                  |   |            |              |       |
| 4コース       |          |                                |                |                          |            |  |              |              |                      |                  |   |            |              |       |
| 5コース       |          |                                |                |                          |            |  |              |              |                      |                  |   |            |              |       |
| 6コース       |          |                                |                |                          |            |  |              |              |                      |                  |   |            |              |       |

\* 人数によりコースを変更・制限します。

月6日コースで6日消化された方は1レッスンにつき追加料金550円(税込)また、お手軽会員様もプール・スタジオそれぞれ1レッスンごとに追加受講料金550円(税込)が必要です。自由遊泳と記載がない時間帯は施設をご利用いただけません。ナイト週末会員様は会員規約上、28日(木)・29日(金)の17:00までの自由遊泳は利用料金550円(税込)が必要です。また、午前のレッスンにはご参加いただけません。ジュニア・家族会員は28日(木)・29日(金)の自由遊泳を大人550円・子ども330円(いずれも税込)でご利用いただけます。なお、歩き納め・泳ぎ納めにはご参加いただけません。

★29日(金)の夜と30日(土)の歩き納め・泳ぎ納めはすべての成人会員様無料です!

歩き納めはサークル関係なく、いろいろな歩き方で水中ウォーキングを行います。

泳ぎ納めは25M×30本(1分)・25M×50本(50秒)・50M×30本(1分30秒)・50M×50本(1分10秒)サークルで泳ぎます。

\* 途中退出でも構いません! チャレンジしてみてください。

アイランドスポーツクラブ高槻をご利用いただき誠にありがとうございました!