

■ 利用方法

プール

自動券売機により「使用券」を購入して、受付の係員に渡して下さい。
初めての方にも安心してご利用いただけるように、スタッフが丁寧に説明いたします。

<コース設定>

ウォーキングコース
腰痛改善・健康増進に最適！

スイム(遊泳)コース
気持ちよくスイスイ泳ごう！

フリー(自由)コース
親子や友達と一緒に！

■ 利用時の注意

- ✧ 小学校3年生以下の者が利用する場合は、必ず保護者等（18歳以上で水着着用）が付き添ってください。
- ✧ プール室内には「オムツ」の取れていない幼児は入場できません。
- ✧ プール室内はスイミングキャップを着用して下さい。又、浮輪類の持ち込みは禁止いたします。備え付けのビート板等をご利用下さい。

■ 歩くメニュー・泳ぐメニュー

目的に合わせたメニューが選べます。何をしたいのか？どのくらいしたいのか？わからない方でも安心してお使いいただけます。

★歩くメニュー

・らくらくウォーキング (125Kcal)、初級ウォーキング (150Kcal)、脂肪燃焼ウォーキング (175Kcal)、パワフルウォーキング (200Kcal)

★泳ぐメニュー

・800mメニュー (4種目別)、1000mメニュー (4種目別)、1500mメニュー (4種目別)

ジャグジー

超音波による気泡とジェットバスの水流によってマッサージ効果があります。



ショップ販売

スイミングキャップ・ゴーグル・くもり止めなど取り揃えてあります。



便利なりターン式コインロッカーもあります。
詳しくは屋内温水プールまでお問い合わせ下さい。