

8月 プール予定カレンダー

※教室利用がある時間帯は、コース設定が異なります。詳しくは別紙をご覧ください。

※利用予定表は変更となる場合もございます。ご了承ください。 ※塗りつぶしが無い場合は、基本パターンです。

毎時55分から5分間の休憩時間があります。

		10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
1	木												
2	金												
3	土												
4	日												日・祝は18時閉場
5	月	休 館 日											
6	火												
7	水												
8	木												
9	金												
10	土												
11	祝												日・祝は18時閉場
12	祝												日・祝は18時閉場
13	火												
14	水												
15	木												
16	金												
17	土												
18	日												日・祝は18時閉場
19	月	休 館 日											
20	火												
21	水												
22	木												
23	金												
24	土												
25	日												日・祝は18時閉場
26	月	休 館 日											
27	火												
28	水												
29	木												
30	金												
31	土												

夏休みトライ
スイミング教室

夏休みトライ
スイミング教室

夏休みトライ
スイミング教室

5コースを使用します

※ プール開場時間 火曜日～土曜日 ➡10:00～21:00 (退館)
日曜日・祝休日 ➡10:00～18:00 (退館)

名古屋市東スポーツセンター指定管理者:株式会社JPN
電話 052-723-0411 FAX 052-723-0440

温水プール コース設定一覧

利用人数・参加人数などの利用状況により、コース設定を変更する場合がございます。予めご了承ください。

基本(通常)パターン

学童コース	5	4	3	2	1	ウォーキングコース
	↷	↓	↑			
	右側通行・泳ぐコース	一方通行泳ぐコース	一方通行泳ぐコース			
				フリーコース		
	↶					

幼児用プール

キッズ水遊び
ジュニア水泳A・C・D

Aパターン

学童コース	5	4	3	2	1	ウォーキングコース
	↓	↑				
	一方通行泳ぐコース	一方通行泳ぐコース				
			フリーコース			

幼児用プール

夏休みトライスイミング教室

学童コース	教室コース	5	4	3	2	1	ウォーキングコース
		↓	↑				
		一方通行泳ぐコース	一方通行泳ぐコース				
				フリーコース			

幼児用プール

成人水泳 ジュニア水泳B

教室コース	5	4	3	2	1	ウォーキングコース
	↓	↑				
	一方通行泳ぐコース	一方通行泳ぐコース				
			フリーコース			

幼児用プール

レベルアップスイミング

学童コース	教室コース	5	4	3	2	1	ウォーキングコース
		↓	↑				
		一方通行泳ぐコース	一方通行泳ぐコース				
				フリーコース			

幼児用プール

水中エアロビクス キンダー水遊び

水中エアロビクス	教室コース	5	4	3	2	1	ウォーキングコース
		↷	↑				
		右側通行・泳ぐコース	一方通行泳ぐコース				
				フリーコース			
		↶					

キンダー水遊び

PICKUP プログラム

水中エアロビクス

- 日時: 水曜日 11:00~12:00
- 料金: 650円/回

水着と帽子が必要です。



泳法ワンポイント

- 日時: 火曜日 14:00~14:45
- 料金: プール入場料のみ

練習方法の紹介が中心で、初心者の方でも気軽に参加していただけのレッスンです。



水中ウォーキング

- 日時: 金曜日 14:00~14:45
- 料金: プール入場料のみ

一人で歩いているとどうしても単調になりがち。みんなでいろいろな歩き方に挑戦です。

