

11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。詳しくは裏面パターンをご覧ください。

※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	土											
2	日									日・祝は18時閉場		
3	月									日・祝は18時閉場		
4	火						キッズA 学童・幼児用	ジュニアA 学童コース	ジュニアB 学童・5コース			
5	水	親子deハッピー 幼児用プール	水中エアロ キンダー水遊び									
6	木					成人水泳 学童・5コース	キッズB 学童・幼児用	ジュニアC 学童コース				
7	金		レベルアップ 5コース				キッズC 学童・幼児用	ジュニアD 学童コース				
8	土											
9	日									日・祝は18時閉場		
10	月	休 館 日										
11	火							キッズA 学童・幼児用	ジュニアA 学童コース	ジュニアB 学童・5コース		
12	水	親子deハッピー 幼児用プール	水中エアロ キンダー水遊び									
13	木					成人水泳 学童・5コース	キッズB 学童・幼児用	ジュニアC 学童コース				
14	金		レベルアップ 5コース				キッズC 学童・幼児用	ジュニアD 学童コース				
15	土											
16	日									日・祝は18時閉場		
17	月	休 館 日										
18	火											
19	水											
20	木											
21	金											
22	土											
23	日									日・祝は18時閉場		
24	月									日・祝は18時閉場		
25	火											
26	水											
27	木											
28	金											
29	土											
30	日									日・祝は18時閉場		

※ 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 ↺ 右側通行・泳ぐコース ↻	4 ↓ 一方通行泳ぐコース ↓	3 ↑ 一方通行泳ぐコース ↑	2	1	ウォーキングコース
						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 ↓ 一方通行泳ぐコース ↓	4 ↑ 一方通行泳ぐコース ↑	3	2	1	ウォーキングコース
						フリーコース

幼児用プール

ショートレッスン

学童コース	5 ↓ 一方通行泳ぐコース ↓	4 ↑ 一方通行泳ぐコース ↑	3 ショートレッスンコース	2	1	ウォーキングコース
						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 ↓ 一方通行泳ぐコース ↓	3 ↑ 一方通行泳ぐコース ↑	2	1	ウォーキングコース
						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	5	4 ↓ 一方通行泳ぐコース ↓	3 ↑ 一方通行泳ぐコース ↑	2	1	ウォーキングコース
						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	5	4	3 ↺ 右側通行・泳ぐコース ↻	2	1	ウォーキングコース
						フリーコース

キンダー水遊び

Pick Up 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
 - 対象: 一般(30分前から受付開始)
- 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
- 対象: 中学生以下

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るレッスンです。



水中ウォーキング

- 日時: 金曜日 14:00~14:45

しばらくの間、休講とさせていただきます。

水が怖いという人、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。

