

12月のカレンダー

1	月	休館日
2	火	キッズダンス教室体験会
3	水	
4	木	
5	金	
6	土	映像レッスン
7	日	映像レッスン
8	月	休館日
9	火	キッズダンス教室体験会
10	水	キッズHIP HOP教室体験会
11	木	
12	金	
13	土	映像レッスン
14	日	映像レッスン
15	月	休館日
16	火	キッズダンス教室体験会
17	水	
18	木	
19	金	
20	土	映像レッスン
21	日	映像レッスン
22	月	休館日
23	火	キッズダンス教室体験会
24	水	教室休講日／映像レッスン
25	木	教室休講日／映像レッスン 子ども水泳短期教室
26	金	教室休講日／映像レッスン 子ども水泳短期教室
27	土	教室休講日／映像レッスン 子ども水泳短期教室
28	日	年末年始休館（12/28～1/5） ※1月6日（火）より通常開館
29	月	
30	火	
31	水	

大阪市立東淀川屋内プール

休館日 月曜日 祝日の場合は翌日がお休み



冬の短期水泳教室

冬こそ泳ごう！

	日程	時間	対象泳力
Aコース	12月25日(木)～12月27日(土)	9:30～10:30	クロール(25m)～4泳法
Bコース		10:45～11:45	水慣れ～クロール(12.5m)

対象：3歳～中学生
料金：¥4,800(税込)
定員：各コース20名
受付開始：11月26日(水) 9:00～
※電話申込み不可

最終日にテストを実施します

東淀川屋内プールにて 10月導入！

ビギナー(初心者)サポート

～トレーニングルーム初心者サポートプログラム～

楽しく運動に慣れることを目的にしたサポートプログラムです。
初心者・運動が苦手な方でも安心してご参加いただけるよう、
インストラクターが全3回サポートいたします。

サポート内容

- ◆ 1回目…健康体力チェック、目的別カウンセリング、運動メニュー提供
- ◆ 2回目…運動メニューサポート①
- ◆ 3回目…運動メニューサポート②

目的別メニュー

- ◆ シェイプアップ ◆ ウェストシェイプ ◆ 筋力アップ
- ◆ 運動不足解消 ◆ 姿勢改善

料金	回数	時間	対象年齢
3,300円(税込)	全3回	各25分	16歳以上

電話受付時間 9:00～21:00

☎ 06-6325-5077



公式ホームページはこちら