



# 3月のカレンダー

1	日	映像レッスン
2	月	休館日
3	火	リフレッシュ体操
4	水	サーキットトレーニング
5	木	かんたんエアロ
6	金	チューブトレーニング
7	土	映像レッスン・ベーシックエアロ
8	日	映像レッスン
9	月	休館日
10	火	フィンスイム・ミニアクア
11	水	ワンポイント教室
12	木	シェイプエアロ
13	金	健康体操
14	土	映像レッスン・ベーシックエアロ
15	日	映像レッスン
16	月	休館日
17	火	かんたんエアロ
18	水	サーキット
19	木	ワンポイント教室
20	金	春分の日
21	土	映像レッスン・ベーシックエアロ
22	日	映像レッスン
23	月	休館日
24	火	
25	水	第1期春の短期水泳教室 1日目
26	木	第1期春の短期水泳教室 2日目
27	金	第1期春の短期水泳教室 3日目
28	土	第1期春の短期水泳教室 4日目
29	日	映像レッスン
30	月	休館日
31	火	第2期春の短期水泳教室 3/31~4/3

## 春の短期水泳教室

対象: 3歳~中学生 ←  
 料金: I期(3日間) 4,800円(税込) ←  
 II期(4日間) 6,400円(税込) ←  
 受付開始: 2月25日(水) 10:00~ ←  
 ※電話申込み不可 ←

	日程	クラス	時間	定員	対象泳力
I期	3月25日(水)~3月27日(金)	A	9:15~10:15	30名	水慣れ~4泳法 (ひよこ~ベストスイマー)
		B	13:15~14:15	10名	水慣れ~板キック125m (ひよこ~16歳)
II期	3月31日(火)~4月3日(金)	A	9:15~10:15	30名	水慣れ~4泳法 (ひよこ~ベストスイマー)
		B	13:15~14:15	10名	水慣れ~板キック125m (ひよこ~16歳)

最終日にテストを実施します ←

## プライベートレッスン(ジム)

あなたに最適なトレーニング方法をご案内しサポートいたします。  
 ■プライベートレッスンの流れ

- 最適なプランをご提案
- マシンの使い方講習
- トレーニングをサポート
- トレーニング成果の確認

料金 1回 50分 2,750円(税込)  
 受付 対象者: 2階トレーニングルーム利用者  
 ※事前予約制、2階受付にてお申込みください。  
 ※1階受付にてチケットをご購入ください。  
 ~ご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせください~

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

☎ 06-6325-5077

電話受付時間 9:00~21:00



公式ホームページはこちら