

今年も体育の日イベントを行います。ぜひご家族・お友達お誘い合わせのうえ、お越しください。 イベントの詳細は、館内 POP・HP でもご確認いただけます。各種申込み受付中!(☎&窓口)

●タイム測定

25m7ール

【受付時間】10:00~10:30 【実施時間】10:30~11:30

【参加費】 無料

●個別指導レッスン

【実施時間】10:00~12:00 15:00~17:00

30分1,000円 【参加費】

【定員】 1 枠 5 名

★オリンピアン水泳教室

【実施時間】13:00~14:30

元オリンピック選手

中村 真衣さん・種田 恵 さん

を迎えての水泳教室

【参加料】 無料 【定員】60名

【対象】 25m以上泳げる小学生~高校生まで

【申込方法】受付窓口にて予約受付開始

※レッスン後にはサイン会も実施します!!

トレーニングルーム・エントランス

●体力測定 10:00~12:00 毎時00分・30分スタート

【参加費】 無料

【定員】 1 枠 5 名

●InBody 測定 11:00~16:00

1回500円 【測定費】

●スラックライン 11:00~16:00

【参加費】 1 回 200 円

正面玄関前

●ジャンボ焼き鳥

1本300円

2本500円

●かき氷

1個100円

●お菓子つかみ取り

1回100円

●無料健康スポーツセミナー 10:00~11:30

『肩こり・腰痛・膝痛予防のための体チェックと予防エクササイズ!』

20 名 先着順 【定員】

●犯人をさがせ! 13:00~16:00

ヒントを基に部屋に散らばる文字を集めて言葉を作ろう。時間内にクリアでご褒美が!

【参加費】100円

フィットネススク

県立プールのフィットネススクールをご家族の健康にぜひお役立てください! 4 期から夜のヨガも開講しました!ぜひこの機会にご参加ください☆

■受講料 5,200円(週1回/全8回)

> 但し、2クラス以上同時受講の方は2クラス目か らの受講料が3,500円に!

> また、H30年度第3期キッズ・選手育成受講生と、 キッズ・選手育成の保護者は1クラス目から 3,500 円に!

■対 象 中学生以上

■申込開始

★H30 年度第3 期受講生

10月15日(月)10時~ • 継続申込 10月22日(月)10時~ ・クラス変更申込 10月29日(月)10時~ • 新規申込 ※申込締切 11月 3日(日)16時~

■1 回単位の受講について(1day レッスン) 申込み終了後、定員に至らなかったクラスに 1回800円で 参加していただけます。各クラス教室開始日の前日から電話 予約可。回数券は11枚綴り8,000円。〈有効期限:購入日 より1年間〉

8回コース受講の場合、スクールの前後のお時間は トレーニングルームを無料でご利用いただけます。

		- 1			
月	水	木	金		
デトックスヨガ 10:00~11:00	ピラティス 10:00~11:00	骨盤底筋体操 10:00~11:00	かんたんステップ 10:00~11:00		
		はじめてピラティス 11:15~12:15			
	太極拳 13:30~14:30				
		ポディジャム 15:15~16:15			
ボディバランス	デトックスヨガ	ボディバランス 17:10~18:10			
17:50~18:50	17:50~18:50	ZUMBA 18:20~19:20			
デトックスヨガ 19:00~20:00	フラダンス 19:00~20:00	ピラティス	エアロプラス+ 19:00~20:00		
自力整体 20:10~21:10	ZUMBA 20:10~21:10	19:30~20:30	自力整体 20:10~21:10		
20.10~21.10	20.10.921.10.	ハタヨカ 20:40~21:40	20.10~21.10		

7.59	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目	6回目	7回目	8回目
月曜	11/5	11/12	11/19	11/26	12/3	12/10	12/17	1/21
水曜	11/7	11/14	11/21	11/28	12/5	12/12	12/19	1/16
木曜	11/8	11/15	11/22	11/29	12/6	12/13	12/20	1/17
金曜	11/9	11/16	11/30	12/7	12/14	12/21	1/18	1/25



10月 行事予定

香川県立 総合水泳プール 平成30年10月号

	曜日	行 事	一般の方が利用	
		l a	屋内25mプール	トレーニングルーム
1	月		10:00~22:00	10:00~22:00
2	火	休館日	1,000	40.00
3	水		10:00~22:00	10:00~22:00
4	木		10:00~22:00	12:00 ~22:00
5	金		10:00~22:00	10:00~22:00
6	土		10:00~22:00	10:00~22:00
7	B		10:00~ 17:00	10:00 ~17:00
8	月	★体育の日イベント★ 無料健康スポーツセミナー10:00~11:30	10:00~ 17:00	10:00 ~17:00
9	火	休館日		
10	水		10:00~22:00	10:00~22:00
11	木		10:00~22:00	12:00~ 22:00
12	金		10:00~22:00	10:00~22:00
13	土	第25回香川県スプリント大会	×	×
14	=	11	×	×
15	月		10:00~22:00	10:00~22:00
16	火	休館日		
17	水		10:00~22:00	10:00~22:00
18	木		10:00~22:00	12:00~ 22:00
19	金		10:00~22:00	10:00~22:00
20	土		10:00~22:00	10:00~22:00
21	=	水泳指導員要件研修会	10:00 ~17:00	10:00 ~17:00
22	月		10:00~22:00	10:00~22:00
23	火	休館日		
24	水		10:00~22:00	10:00~22:00
25	木		10:00~22:00	12:00~ 22:00
26	金		10:00~22:00	10:00~22:00
27	土		10:00~22:00	10:00~22:00
28	В		10:00~ 17:00	10:00~ 17:00
			10.00 00.00	10:00~22:00
29	月		10:00~22:00	10:00~22:00
29 30	月火	休館日	10:00~22:00	10:00~22:00

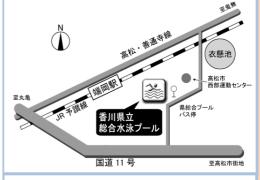
- ■受付・券売は、開館時刻の10分前に始まり、閉館時刻の30分前に終了いたします。
- ■トレーニング教室実施の木曜日については、トレーニングルームの一般利用は 12 時からです。
- ■大会へは、便乗や公共交通機関をご利用ください。施設周辺での路上駐車は固くお断りいたします。
- ※平日の営業時間は22時までとなっておりますが、プール・トレーニングルームの退水・退室時間は21時45分となります。
- ※週間プログラムスケジュール・各種教室要綱等、施設の詳細は HP でご確認いただけます。(PC・スマートフォン)
- ※行事予定は天災等の影響、設備の状況等により変更する場合があります。あらかじめご了承ください。

平成30年度和	当日券	回数券 (11枚綴り)	定期券		
[9/16~3/			1ヵ月	3ヶ月	
	一 般	530円	5,340円	4,240円	10,600円
プール使用料	小中高生	370円	3,700円	2,960円	7,400円
	高齢者・障がい者	370円	3,700円	2,960円	7,400円
	一 般	210円	2,160円	1,720円	4,320円
トレーニングルーム 使用料	中高生	150円	1,540円	1,230円	3,080円
(A) (341)	高齢者・障がい者	150円	1,540円	1,230円	3,080円
	— 般	570円	_	5,180円	12,960円
プール・トレーニングルーム セット料金	中高生	390円	_	3,370円	8,430円
	高齢者・障がい者	390円	_	3,370円	8,430円

平成30年4月1日改定

※小学生の25mプールー般利用は、25m以上の泳力が必要です。 ※トレーニングマシン未経験者・中学生は初回講習会を必ずご予約ください。

※回数券の有効期限は購入日より1年間です。



問い合わせ 〒761-8042

香川県高松市御厩町 1585-1 シンコースポーツ・四電ビジネスグループ