

～25mプール休館のお知らせ～

日頃より香川県立総合水泳プールをご愛顧頂き、誠にありがとうございます。さて、香川県立総合水泳プールの屋内25mプールは2020年2月1日より、天井改修工事により、休館となります。利用再開は10月1日を予定しております。休館中は皆様に多大なご不便とご迷惑をおかけしますが、何卒ご理解ご協力のほど宜しくお願い致します。例年通り、7月1日～9月15日の夏期期間に、屋外50mプールは営業する予定です。また、トレーニングルームは通常通り営業しておりますので、ぜひご利用下さいませよう、お願い申し上げます。

また10月に皆様に会えることを心よりお待ちしております



ビギナー's パワーヨガ開講!

1月24日より、新しく「ビギナー's パワーヨガ」を開講する予定です。ゆったりした呼吸に合わせて簡単な動きとキープを繰り返し、全身の筋肉のバランスを整えます。呼吸と一緒に全身を丁寧に動かしていくため、続けることで柔軟性の向上、身体を引き締めるといった肉体面への効果だけでなく、集中力も高める、ストレス発散など、精神面への効果も期待できます。初心者の方にも、パワーヨガが好きな方にも、おすすめできます。

受講料…5,200円(全8回)

定員…16名

日時…1/24,1/31,2/7,2/14,2/21,2/28,3/6,3/13

17時50分～18時50分

※詳しくは要綱をご確認ください。

第5期フィットネススクールもまだまだ募集中!
空き状況は電話で問い合わせください!

	月	水	木	金
1000	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
1100			はじめてピラティス 11:15～12:15	
1200				
1300		太極拳 13:00～14:00		
1400				
1600				
1700				
1800				NEW ビギナー'sパワーヨガ 17:50～18:50
1900	骨盤EX 17:50～18:50	デトックスヨガ 17:50～18:50	ZUMBA 18:20～19:20	エアロプラス+ 19:00～20:00
2000	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 19:30～20:30	エアロプラス+ 19:00～20:00
2100	自力整体 20:10～21:10	ZUMBA 20:10～21:10	こりほぐしレッスン 20:40～21:40	自力整体 20:10～21:10
2200				

トレーニングルームを初めて利用される方は、初回講習会の受講が必要です

★対象★

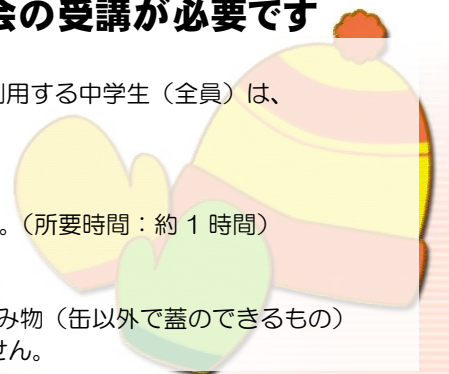
トレーニング機器を初めてご利用になる方(他施設でも未経験)や、初めて当施設を利用する中学生(全員)は、初回講習会を電話・窓口でご予約ください。初回講習受講後、利用可能。
※トレーニングルームは中学生以上の方が利用できます。

★実施時間★

初回講習会は、通常11:00から閉館時刻の2時間前までの毎時00分に受講可能です。(所要時間:約1時間)
※一般開放の時間帯を、行予定表でご確認ください。

★準備物★

・トレーニングウェア ・室内専用の運動用シューズ ・学生証(中高生) ・飲み物(缶以外で蓋のできるもの)
※Gパン・作業着・サンダル等トレーニングに相応しくない服装でのご利用はできません。



2月行事予定

香川県立
総合水泳プール
2020年2月号

日	曜日	行 事	一般の方が利用できる
			トレーニングルーム
1	土		10:00~22:00
2	日	無料健康スポーツセミナー 10:00~11:30	10:00~17:00
3	月		10:00~22:00
4	火	休館日	
5	水		10:00~22:00
6	木		12:00~22:00
7	金		10:00~22:00
8	土		10:00~22:00
9	日		10:00~17:00
10	月		10:00~22:00
11	火		10:00~17:00
12	水	振替休館日	
13	木		12:00~22:00
14	金		10:00~22:00
15	土		10:00~22:00
16	日		10:00~17:00
17	月		10:00~22:00
18	火	休館日	
19	水		10:00~22:00
20	木		12:00~22:00
21	金		10:00~22:00
22	土		10:00~22:00
23	日		10:00~17:00
24	月	無料健康スポーツセミナー 10:00~11:30	10:00~17:00
25	火	休館日	
26	水		10:00~22:00
27	木		12:00~22:00
28	金		10:00~22:00
29	土		10:00~22:00

■25m プールは天井改修工事の為、休館中です。2020年10月1日より、利用再開予定です。

■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。

※平日の営業時間は22時までとなっておりますが、トレーニングルームの退室時間は21時45分となります。

■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下さい。施設周辺での路上駐車は、固くお断りいたします。

週間プログラムスケジュール・各教室要綱等、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。ホームページをご確認くださいませよう、お願い申し上げます。

2019年度利用料金 【9/16~3/31】		当日券	回数券 (11枚綴り)	定期券	
				1ヵ月	3ヶ月
プール使用料	一般	530円	5,430円	4,310円	10,790円
	小中高生	370円	3,760円	3,010円	7,530円
	高齢者・障がい者	370円	3,760円	3,010円	7,530円
トレーニングルーム 使用料	一般	220円	2,200円	1,750円	4,400円
	中高生	150円	1,560円	1,250円	3,130円
	高齢者・障がい者	150円	1,560円	1,250円	3,130円
プール・トレーニングルーム セット料金	一般	580円	—	5,270円	13,200円
	中高生	390円	—	3,430円	8,580円
	高齢者・障がい者	390円	—	3,430円	8,580円

2019年10月2日改定

※小学生の25mプール一般利用は、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

香川県高松市御蔭町 1585-1

シンコースポーツ・四電ビジネスグループ

Tel 087-885-3821 Fax 087-885-3642

<http://www.kagawa-sspool.jp/>