

※営業開始15分前より入館することができます

NEW

- 成人スイミングレッスン内容について
- 初心者:25Mクロールの習得を目指し練習します。
- 初級:25Mクロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの習得を目指し練習します。
- 中級:4種目25M完泳後、50M単位で練習します。1時間で1,000M～1,200M泳ぎます。
- 上級:50M以上の距離でサイクル練習を行います。1時間で1,500M～2,000M泳ぎます。

【最終入館時間 月～金曜日…19:30 ※火・木曜日はプール利用者のみ20:00 / 土曜日…19:30 / 日曜日…17:30】