



# 2026 ~2027 スイムフィット教室&成人短期スイム教室 成人水泳・水中歩行&アクアビクス

AQ(火)(木) 11:00~12:00 (水)(金)19:00~20:00 成人水泳 (水)(金)11:00~12:00 (火)(木)19:00~20:00

26年4月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

26年5月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

26年6月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

AQ 11:00~12:00は休講

26年7月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

26年8月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

26年9月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

26年10月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

26年11月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

26年12月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

※2月 休講

27年1月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

27年2月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

27年3月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			



□ 一般開放 □ 入浴実施 一般開放

□ 無料開放 □ 6月県民の日 10月スイム-ツの日 □ 休場日

千葉県国際総合水泳場

指定管理者 / オーエンス・セントラル

<https://www.chiba-swim.gr.jp/>

TEL.047-451-1555

# 健康のために 運動をはじめませんか？

プールで自由遊泳、  
レッスン参加(アクアビクス,成人水泳教室)  
トレーニングジムの利用もOK!

## << 週間予定表 >>

時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
10:00							
11:00		11:00-12:00	11:00-12:00	11:00-12:00	11:00-12:00		
12:00		成人 アクアビクス & 水中ウォーキング <small>2026年 5/5~6/16 休講</small>	成人水泳	成人 アクアビクス & 水中ウォーキング	成人水泳		
19:00		19:00-20:00	19:00-20:00	19:00-20:00	19:00-20:00		
20:00		成人水泳	成人 アクアビクス & 水中ウォーキング	成人水泳	成人 アクアビクス & 水中ウォーキング		
21:00							

- ・全てのレッスンは、サブプールにて実施します。
- ・別紙年間予定表にそって実施します。
- ・プールでは水着, キャップを必ず着用願います。
- ・トレーニングジムでは、内履き, 運動しやすい服装を着用願います。



成人対象の健康づくり教室

### スイムフィットネスコース(月極め)

水泳場のプールとトレーニング室が利用できます。プールで水泳レッスン、アクアビクス、自由遊泳。トレーニング室で各種トレーニングなど、自由に参加、ご利用ができます。

【対象】高校生以上の成人男女 \*プールのみであれば中学生も可

【日時】水泳場の開場日すべて<9:00~21:00>

【月会費】7,260円 \*口座振替



水泳&ジムトレーニングが楽しめます!

### 成人短期スポーツ教室(5回券)

水泳場のプールとトレーニング室が利用できます。プールで水泳レッスン、アクアビクス、自由遊泳。トレーニング室で各種トレーニングなど、自由に参加、ご利用ができます。

【対象】高校生以上の成人男女 \*プールのみであれば中学生も可

【期間】初回利用日から30日間の内、5日間(1回2時間30分)

【月会費】15,500円 \*都度払い

#### <申し込み>

##### ■スイムフィットネスコース

以下のものをご用意いただき、所定の申込用紙のご記入をお願いいたします。

- ・諸費用<月会費2か月分(7,260円×2), 会員カード発行手数料(1,100円), 登録手数料(1,100円)>
- ・指定金融機関のキャッシュカードとお届け印(ゆうちょ, りそな, 三井住友, 三菱UFJ, みずほ, 千葉, 千葉興行, 京葉)

##### ■成人短期スポーツ教室

以下のものをご用意いただき、所定の申込用紙のご記入をお願いいたします。

- ・参加費<5,500円>

\*記載の金額は全て消費税込みの金額です。

千葉県国際総合水泳場

指定管理者/オーエンス・セントラル  
<https://www.chiba-swim.gr.jp/>

TEL.047-451-1555

〒275-0024 千葉県習志野市茜浜 2-3-3 <京葉線 新習志野駅 南口 目の前!!>

駐車場 171台完備 1時間200円