【　施設のご利用マナー　】

施設	注意事項
プール	**◎　プールエリアご利用の際は、必ず水着をご着用下さい。**
・25M×8コース （水深120ｃｍ） ・中プール （水深90ｃｍ） ・幼児プール （水深60ｃｍ） ・ジャグジー ・採暖室 ・サウナ ・シャワー	・プール、シャワー室、サウナ室では水着のみ着用し、衣類は着用しないで下さい。 ・プール内では必ず水泳帽を着用して下さい。 ・飛び込み、溺れたマネ、水中でのイタズラはしないで下さい。 ・コースロープに寄り掛かったり、ぶら下がらないで下さい。 ・25mプールに入るには水面より肩が出ていること、又は25mを完泳できる泳力のある方が使用することが出来ます。 ・ガムやアメなどの食べ物を口に入れたままプールに入らないでください。 ・体の調子が悪くなった時は直ちにプール監視員にお申し出下さい。 ・刺青（ファッションタトゥー）をしている方がプールを利用する場合はラッシュガードの着用やサポーターで覆い隠して下さい。 ・オムツは禁止ですが「水遊び用オムツ」は使用可能です。その際は水遊び用オムツの上から水着を着用して下さい。 ・湿布類は外して下さい。サポーター、テーピングなど外すと健康を害する恐れのある場合はお申し出下さい。 ・25mプールでの浮き輪、ビーチボール、フィックスの使用は出来ません。中幼児プールのみの使用となります。 ・ビーチボールの大きさは、60cmまでとなっております。ビニール製バットやキャンディーボール等の使用は出来ません。 ・アクアシューズ、アクアラン、フィン、パドルの使用は出来ません。 ・遊泳前に化粧を落とし、シャワーを十分浴びてからご利用下さい。 ・シャワー室での**毛染め、ひげそりは禁止**です。シャワー利用の場合は水着着用で**ボディーソープ、シャンプー類は使用出来ません。** ・サウナ室の利用年齢は高校生以上となります。幼児・小中学生の利用は出来ません。サウナ利用の場合は必ず水着を着用して下さい。 ・メガネをかけたまま遊泳は出来ません。ビート板を持ち浮いたりキックも禁止。 ・**未就学児には保護者が離れずに必ず付き添って下さい。**
第１トレーニングエリア(2階)	・運動しやすい服装で室内用運動靴をご持参して下さい。 （スリッパ、サンダル、クロックス、裸足、靴下のままでは利用出来ません）
・トレーニング機器 （15台） ・有酸素運動機器 （24台） ・多目的スタジオ ・ウォーキングデッキ （114m） ・ロッカー 男女各120個	・トレーニングエリアは幼児、小学生の利用は出来ません。 ・ウォーキングデッキは反時計回りとなっております。 ・長時間にわたってのトレーニング機器の独占は迷惑になりますので決められた時間内の使用をお願いします。 ・トレーニング機器の場所取りは禁止です。 ・ランニングマシン、エアロバイクは時間制となっております。ご利用の際は、予約表に使用時間のご記入にご協力下さい。 ・トレーニングエリアで食事をする事は禁止です。 ・中学生がトレーニングエリアを利用する場合、保護者または指導者１名につき３名までの利用となります。
第２トレーニングエリア(1階)	
・トレーニング機器	・第２トレーニングエリアには、パワーラック、スミスマシン、ダンベル（1～30kg）ケーブルマシン、ストレッチスペースが完備されております。
１Ｆ ロッカー室	・鍵をかけるには100円が必要です。鍵解除後100円の取り忘れにご注意下さい。
・男女各200個 （100円リターン式）	・ロッカーには必ず鍵をかけて下さい。 ・ロッカー内での食事は禁止です。

※　館内での盗難・事故について施設に重大な過失がある場合を除き、一切の責任を負いません。

※　他に危害や迷惑行為の恐れのある方のご利用は出来ません。

※　酒気帯びの方や、動物（ペット）と同伴の利用は出来ません。

令和5年3月

アプロス日新温水プール

施設利用案内

イベントやお得な情報 配信中!!

遊泳券 スタンプカード 開始

～詳細～
Ⅰ，入館受付時、下記カードを提示
Ⅱ，当日入館時に限りスタンプＧＥＴ
Ⅲ，スタンプを10個集めよう
Ⅳ，特典ＧＥＴ

遊泳券スタンプカード
R3.1
アプロス日新スポーツセンター
アプロス日新温水プール

特典

スタンプが集まると、次回来館時からカードの提示で同月内のみ使用料を

いただきません。

キタコレッ!!

TOSHISOGO

指定管理者　都市総合開発株式会社
苫小牧市日新町2丁目2番41号　☎0144-72-4409

令和5年3月

区分	施設利用時間		施設利用料金	
			施設利用料金（全館利用）	トレーニングエリア（プール使用不可）
大 人	9:00～22:00（平日）	9:00～21:00（土日祝）	500円 ※回数券（6回分）2,500円	100円 ※回数券（11回分）1,000円
高校生	9:00～22:00（平日）	9:00～21:00（土日祝）	400円 ※回数券（6回分）2,000円	50円 ※回数券（11回分）500円
中学生	9:00～18:00（夏季4月～9月）	9:00～17:30（冬季10月～3月）	250円 ※回数券（6回分）1,250円	50円 ※回数券（11回分）500円
小学生	9:00～16:30（3月）		150円 ※トレーニングエリア使用不可	
未就学児	9:00～22:00（平日）※保護者同伴	9:00～21:00（土日祝）※保護者同伴	150円 ※トレーニングエリア使用不可	

◆ 市内在住の小・中学生及び、70才以上の方は証明書提示により、利用料は無料となります。

◆ 障がいをお持ちの方は障がい者手帳（身体障がい者手帳、療育手帳、精神障がい者保健福祉手帳）を提示された場合、利用料は無料となります。

※ 市内の小学校によってはお子様だけで利用できる学年に制限があります。
　詳しくは各小学校へお問い合わせ下さい。

※ 保護者が同伴していない未就学児の利用は出来ません。
　尚、未就学児3名につき保護者1名が必ず同伴して下さい。

※ 中学生がトレーニングエリアを利用する場合、
　保護者または指導者１名につき ３名までの利用となります。
　尚、保護者（指導者）が離れずに必ず付き添って下さい。

※ 小中学生は保護者同伴であれば規定利用時間以降でも利用できます。

日付	曜日	トレーニングエリア
1	水	9時から一般開放
2	木	
3	金	
4	土	
5	日	
6	月	
7	火	
8	水	
9	木	
10	金	
11	土	
12	日	
13	月	
14	火	
15	水	
16	木	
17	金	
18	土	
19	日	
20	月	
21	火	
22	水	
23	木	
24	金	
25	土	
26	日	
27	月	
28	火	
29	水	休館日
30	木	9時から一般開放
31	金	

日付	曜日	１Ｆ プールエリア	日付	曜日	25Mプール	中幼児プール
		一般遊泳			専用利用／教室使用状況	
1	水	9時から一般開放	1	水	10：30～20：50の間、最大5レーン	10：30～11：10の間、幼児プール貸切あり
2	木		2	木	11：00～20：50の間、最大4レーン	
3	金		3	金	11：50～20：00の間、最大5レーン	
4	土		4	土	9：00～20：00の間、最大4レーン	
5	日		5	日	11：30～12：30の間、最大2レーン	11：30～12：30の間、専用貸切あり
6	月		6	月	13：15～20：50の間、最大4レーン	
7	火		7	火	13：15～20：50の間、最大4レーン	
8	水		8	水	10：30～20：50の間、最大5レーン	10：30～11：10の間、幼児プール貸切あり
9	木		9	木	11：00～20：50の間、最大4レーン	
10	金		10	金	11：50～20：00の間、最大5レーン	
11	土		11	土	9：00～20：00の間、最大4レーン	
12	日		12	日	11：30～12：30の間、最大2レーン	11：30～12：30の間、専用貸切あり
13	月		13	月	13：15～20：50の間、最大4レーン	
14	火		14	火	13：15～20：50の間、最大4レーン	
15	水		15	水	10：30～20：50の間、最大5レーン	10：30～11：10の間、幼児プール貸切あり
16	木		16	木	11：00～20：50の間、最大4レーン	
17	金		17	金	11：50～20：00の間、最大5レーン	
18	土		18	土	9：00～20：00の間、最大4レーン	
19	日		19	日	11：30～12：30の間、最大2レーン	11：30～12：30の間、専用貸切あり
20	月		20	月	13：15～20：50の間、最大4レーン	
21	火		21	火	17：00～19：00の間、最大4レーン	
22	水		22	水	10：30～20：50の間、最大5レーン	10：30～11：10の間、幼児プール貸切あり
23	木		23	木	11：00～20：50の間、最大4レーン	
24	金		24	金	11：50～20：00の間、最大5レーン	
25	土		25	土	9：00～20：00の間、最大4レーン	
26	日		26	日	9：00(短期教室)～12：30の間、最大2レーン	9：00(短期教室)～12：30の間、専用貸切あり
27	月		27	月	9：00(短期教室)～20：50の間、最大4レーン	9：00(短期教室)～11：30の間、一部貸切あり
28	火		28	火	9：00(短期教室)～20：50の間、最大4レーン	9：00(短期教室)～11：30の間、一部貸切あり
29	水	休館日				
30	木	9時から一般開放	30	木	9：00(短期教室)～20：50の間、最大4レーン	9：00(短期教室)～11：30の間、一部貸切あり
31	金		31	金	9：00(短期教室)～20：50の間、最大5レーン	9：00(短期教室)～11：30の間、一部貸切あり

※その他団体による専用貸切がある場合、開放時間に変更がございます。専用貸切による変更につきましては、施設玄関≪貸切一覧表≫や施設ホームページをご確認下さい。