



12月 ワンポイントレッスン

【25mプール】 9(火) 12:00~12:30

19(金) 12:00~12:30

【50mプール】 5(金) 12:00~12:30

23(火) 12:00~12:30

【水中運動】 8(月) 13:00~13:45

【ストレッチ】 15(月) 13:00~13:30



※予定は急遽変更になることがあります。

冬季営業時間のご案内

＜令和7年11月1日～令和8年4月30日＞

9:00～21:00 (最終入場 20:30)

冬季期間中は開館後しばらくの間プールの構造上、水温が設定温度(メインプール27度前後・サブプール29度前後)まで上がらない事がありますので予めご了承ください。

尚、室温につきましては外気温との関係から、午前中及び閉館前(20時以降)は水温との温度差が生じますのでご理解とご協力をお願いいたします。

また、大会等使用できない時間帯もございますので行事予定をご確認のうえご利用いただきますようお願いいたします。

＜年末年始・水泳場営業時間のご案内＞

下記の通り年末年始の営業をさせていただきますのでよろしくお願ひいたします。

プール・トレーニング室は1月4日(日)より一般開放となります。

12月28日(日) 9:00～21:00 (最終入場 20:30)

12月29日(月)

12月30日(火)

12月31日(水)

1月 1日(木)

1月 2日(金)

1月 3日(土)

1月 4日(日)

9:00～21:00 (最終入場 20:30)

休業日



9:00～21:00 (最終入場 20:30)

SSGスポーツクラブ 12月☆短期教室お知らせ☆

教室	日時	金額(税込)	定員/対象	場所/持ち物
はじめての腸活ヨガ	朝起きたらお腹が軽い! そんな毎日へ 12/23(火) 11:00～12:00	1,100円 当日集金 (15分前より 受付)	15名 18歳以上 の女性	水泳場 会議室 《持ち物》 ヨガマット

＜無料シャトルバス運行案内＞

鈴鹿C-BUS「三重交通 G スポーツの杜 鈴鹿ぐち」と「体育館南バス停」をつなぐ、無料シャトル便(マイクロバス・ワゴン車)が運行しています。

鈴鹿C-BUSでご来場のお客様は是非ご利用下さい。

★12月運行予定日★

6日(土)・7日(日)・13日(土)・14日(日)

20日(土)・21日(日)・27日(土)・28日(日)