

9.15(月・祝)
特別レッスン



スイミング
インストラクター



富田雄一

プレゼンツ



少人数制

初心者スイミング

時 間 10:00～10:40
参加費 ￥1,100- ※プール利用料別途
定 員 6名(先着申込順)
対 象 16歳以上の方

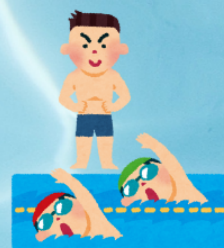


少人数で、進むバタ足のやり方や、
楽に回す腕のかき方など
楽にクロールを泳ぐための練習を行います。



お申込みは
ココを
クリック

必要事項を入力後、
参加料をお支払いください



初級スイム

時 間 10:50～11:40
参加費 ￥800- ※プール利用料別途
定 員 20名(先着申込順)
対 象 16歳以上の方

クロールの中でも大事な息継ぎを
しっかりできるようにしていきます。

HOS 住吉スポーツセンター・屋内プール

お問い合わせは
こちらから

06-6694-9201

公式HPは
こちらからチェック!



【受付】9:00～20:00 【休館日】毎週月曜日(祝日の場合は翌平日が休館)

令和6年度より住吉スポーツセンター・住吉屋内プールはHOSグループが管理運営をさせていただいております



YOSHIKO' S SPECIAL LESSON 2025.9.15(MON)



13:30~14:20

参加費 ¥1,100-

※施設利用料込み



14:40~15:25

参加費 ¥1,100-

※施設利用料込み



ラテン系の音楽に合わせて体を動かす。
ダンスフィットネスエクササイズです

お申込みは
ココを
クリック

必要事項を入力後、
参加料をお支払いください



プールでラテン系の音楽に合わせて
体を動かす、アクアプログラムです。

ZUMBAで過ごす
特別な1日をお楽しみください！

HOS 住吉スポーツセンター・屋内プール

お問い合わせは
こちらから

06-6694-9201

公式 HPIは
こちらからチェック！



【受付】9:00~20:00 【休館日】毎週月曜日（祝日の場合は翌平日が休館）

令和6年度より住吉スポーツセンター・住吉屋内プールはHOSグループが管理運営をさせていただきます



みんなおいでよ！

オータム チャレンジ

2025.10.13 月・祝 10:30-16:30

in HOS住吉スポーツセンター

ニュースポーツを 体験しよう！

無料



ピククルボールやキンボール等、
話題のニュースポーツを
体験いただけます！

10:30-13:30

対 象 どなたでも ※小学生未満は保護者同伴で
定 員 100名
申 込 施設までお電話か
下記QRコードでエントリー



理学療法士監修 健康教室

腰痛・膝痛対策

無料



理学療法士監修の
簡単な予防運動を行います。

13:00-14:00

対 象 16歳以上の方
定 員 20名(先着申込順)
申 込 施設までお電話か
下記QRコードでエントリー



初心者歓迎！ワンコイン体験教室

バドミントン

500



初心者大歓迎！！
現在開講中のバドミントン教室の
特別クラスです。
お子様から大人まで楽しい時間を
過ごしましょう！

13:00-15:00

対 象 小学生以上
※中・高生、大人も歓迎です！
定 員 40名(先着申込順)
申 込 施設までお電話か
下記QRコードでエントリー



開放day

バドミントン

無料



バドミントンコートを無料開放します！
内2面は教室講師とラリーも行えますよ！
個人参加也大歓迎です！

15:00-16:30

対 象 どなたでも ※中学生未満は保護者同伴で
定 員 6面 ※1グループ1面をお願いいたします。
申 込 14:30～施設で受付
※先着申込順



HOS住吉スポーツセンター・屋内プール

お問い合わせは
こちらから

06-6694-9201

【受付】9:00～20:00 【休館日】毎週月曜日(祝日の場合は翌平日が休館)

必要事項を入力後、
参加料をお支払い
ください。

お申込みは
ココを
クリック

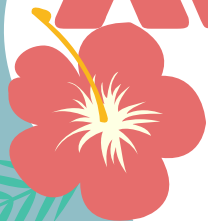
令和6年度より住吉スポーツセンター・住吉屋内プールはHOSグループが管理運営をさせていただいております



住吉屋内プール プール



無料開放 DAY



スポーツの秋
プールの秋



住吉のプールで
楽しいひとときを!!

10/13(月・祝)
11:00~16:00

プール利用規約を
お守りください

- 1.受付時間 | 10:30~15:30(予定)
- 2.受付方法 | 10:30~1Fブースで整理券配布 ※予定枚数配布終了で受付終了
11:00~受付者プール入場
- 3.利用時間 | 11:00~16:00(完全退出)
- 4.対 象 | プール有料利用者様
- 5.定 員 | 先着200名(予定)
- 6.そ の 他 | 利用者が多数おられる場合は入場制限いたします。
定期券、回数券、1回券を購入しての利用は通常通り利用出来ます。
定期券の期限延長はいたしません。



HOS 住吉スポーツセンター・屋内プール

お問い合わせは
こちらから

06-6694-9201

公式HPは
こちらからチェック!



【受 付】9:00~20:00 【休館日】毎週月曜日(祝日の場合は翌平日が休館)

令和6年度より住吉スポーツセンター・住吉屋内プールはHOSグループが管理運営をさせていただいております

