

楽しく運動、元気な体づくり



山岡健康増進センター

【施設内容】

トレーニングルーム	エアロバイク1台、リカンベントバイク5台、ジョーバ3台、ウォーキングマシン6台、トレーニングマシン7台、ダンベル、ストレッチポール、他 マッサージ機もあります。
運動浴槽	歩行用のプールです。水着、スイミングキャップをお持ちください。 平日・午後4時以降は遊泳できます。 土日祝日・午後3時以降は遊泳できます。 水温 約32℃ 室温 約30℃ 広さ 6m×16m 水深 午前10時～午後4時1.0m 午後4時～1.1m
お風呂・更衣室	男女各1カ所 シャンプー、ボディソープ、ドライヤーがあります。タオルをお持ちください。
休憩・談話室	飲食物の持ち込みもできます。飲み物の自販機有ります。

【開館時間】

平日：午前10時～午後9時（受付終了：午後8時30分）

土日祝日：午前10時～午後5時（受付終了：午後4時30分）

※お風呂、運動浴槽の利用は平日：午後8時45分まで

土日祝日：午後4時45分まで

【利用料】

区分	金額	
	市内	市外
一般 1人1回	400円	500円
小・中学生 1人1回	200円	250円
一般回数券 11回分	4,000円	5,000円
小・中学生回数券 11回分	2,000円	2,500円

※小学生以下の方は、保護者同伴でご利用ください。

※障害者手帳、療育手帳、精神障害者福祉手帳をお持ちの方は無料です。手帳をご提示ください。

【休館日】

月曜日（月曜日が休日の場合は開館、翌日休館）

年末年始

【その他】

■各種運動教室を行っています。（申し込み制）

■運動浴槽は、教室開催時間中、受講生のみのご利用となります。受講生以外の方は、ご確認いただいてから、お越しください。

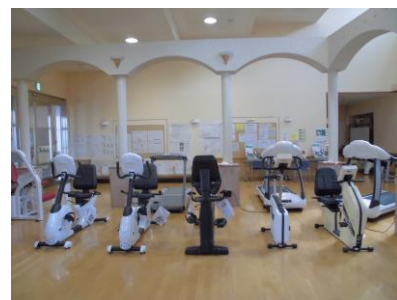
■おむつの取れていない幼児は、運動浴槽に入れません。

★タオル（100円）、水着、スイミングキャップを受付にて販売しています。

山岡健康増進センター楽歩（らっぽ）（恵那市健康プラザ内）

TEL 0573-56-4066 恵那市山岡町上手向 1207 番地 1

トレーニングルーム



運動浴槽



お風呂

