

成人スイミング 参加の皆様



京都Y M C A
ウエルネスセンター

ウエルネスシステム

A ウエルネス会員入会方法

6階受付にて所定の申込書に必要事項をご記入の上、2ヶ月分の活動費を添えてお申し込みください。(印鑑、写真は不要です。)

70歳以上の方は運動許可の証明となるものを添えてお申し込みください。

＊ 受付時間（日曜・祝日を除く）9：00～20：00

B 入会資格規定

満16歳以上の方（高校生以上の方）

但し、次の方はご参加いただくことができません。

- ＊ 伝染性の疾患のある方
- ＊ 脳貧血を起こしやすい方
- ＊ 目や耳に疾患のある方
- ＊ 脚気・高血圧・低血圧の方
- ＊ 卒倒性体質の方
- ＊ 皮膚疾患のある方
- ＊ 介助が必要な方は、介助される方も一緒にご入会ください

C 退会・除名規定

- ① 退会は月末付となります。退会されたい月の前月中に、6階受付まで退会届をご提出いただくか、FAXかメールにてお申し出ください。

銀行からの自動引落しを停止する手続きをさせていただきます。

期日を過ぎますと翌月分の費用を引落しさせていただきます。

一度、引落しされた費用はお返しできません。

例：3月末退会を希望

2月末までにお申し出ください。2/27の引落しを停止いたします。

- ② 故意により著しく当団体に破損・損害を与えたり、本会の規則に従っていただけない場合、退会していただくことがあります。

D 責任事項

- ① YMCA施設内で発生した負傷等の事故については、YMCAは、一切責任を負いません。
- ② 会員は、同伴されたビジターのYMCA内における行為には連帯責任を負っていただきます。

E 会員証

お申し込みいただきますと、ウエルネス会員証をお渡しいたします。ご来館時には、このウエルネス会員証を受付にお出してください。
＊ウエルネス会員証を紛失された場合は実費200円が必要になります。

F 費用納入

- ① 毎月27日（休日の場合は翌営業日）に指定の口座から引落しを行います。
- ② 自動引落しは、YMCAより委託した会社（株式会社アプラス）が行いますが、お問い合わせはYMCAをお願いいたします。
- ③ 預金口座振込み分の通帳上の表示はAPキョウトYMCA、あるいはAPアプラス等となります。

＊一旦お納めいただいた費用はいかなる場合もお返しできません。
但し、急な転勤・疾病など、やむを得ない事情が発生した場合に限り、証明書を提出していただくことにより活動費に関して別途配慮させていただきます。

G 休会制度

出張や旅行・疾病などにより、長期で参加できない場合は、1ヵ月単位での休会が可能で、その分の費用を再開月に振替えます。休会をお申し出いただいた、翌月の引落しを停止いたします。
例えば、8月の休会を7月下旬にお申し出いただいた場合、7月27日の引落し(8月分)は行います。8月27日の引落し(9月分)は停止し、8月分の活動費を9月分に振替させていただきます。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月
					休会	振替



ただし、必ず前月中に休会届をご提出ください。
6階受付でご提出いただく他、メール・FAX、または右記のフォームよりお知らせください。
休会したい月に入ってからのお申し出や、届がなく結果的にご利用がなかったという場合には休会扱いにはなりませんのでご注意ください。
休会期間は3ヶ月までとさせていただきます。



H 住所変更される場合

住所変更・その他届出事項に変更がある場合は、必ず 6 階受付までご連絡ください。

I 駐車場

YMCAには駐車場がありません。できるだけ公共交通機関を利用してお越しください。

尚、お車でお越しの方は近くの有料駐車場をご利用ください。

路上駐車は周辺住民の方のご迷惑になりますので、ご遠慮ください。

J 自転車（バイク）の登録

自転車（バイク）でお越しの方は6階受付でご登録ください。駐輪シールをお渡しいたしますので登録車両にお貼りの上、柳馬場側の駐輪場をご利用ください。なお、月～金曜日 9:00～19:00、土曜日 12:00～19:00 の駐輪は自転車のみとなります。ご登録いただいてもバイクはお停めいただけませんのでご了承ください。

登録は年度ごととなります。

会員登録時間以外の駐輪は、他の会員様のご迷惑となりますので、ご遠慮ください。

K 休館日

＊日曜・祝日

＊補修工事 4月下旬～5月上旬（7～8日間程度）

＊YMCA記念日 10月11日

＊クリスマス休日 12月25日

＊年末年始 12月29日～1月4日

（その他、やむを得ず休館する場合があります。）

L メールアドレスの登録のお願い

急な開館時間の変更や休館期間などを迅速にお伝えします。ご希望の方は、wellness@kyotoymca.org 宛に下記を送信してください。

件名：「メール連絡希望」、本文：お名前（フルネーム）と7桁の会員番号。

● 口座引き落とし計画

毎月27日に、ご指定の口座から翌月分の活動費を引落しいたします。
(27日が休日の場合は、翌営業日に引き落とされます)

会員種別	毎月27日
オールタイム	8,800円
アーリーバード	5,400円
モーニング	7,400円
ナイト	5,500円
アーリーバード・モーニング	8,400円
アーリーバード・ナイト	7,700円
モーニング・ナイト	8,300円
ウィークエンド	4,100円
個人ロッカー (契約者のみ)	6,400円 3月27日 (前期4～9月分) 9月27日 (後期10～3月分)

※消費税率は10%です。

※個人ロッカーをご利用の方は、3月27日と9月27日に6,400円（半期分）を加算した金額を引落しさせていただきます。
(個人ロッカー代は休会中も必要です。)

※ご登録の時間帯を変更される場合は、必ず前月中に6階受付で変更届をご提出いただくか、メールかFAXにてお知らせください。
月半ばでの時間帯の変更はお受けできません。

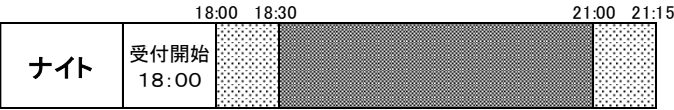
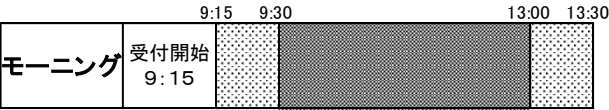
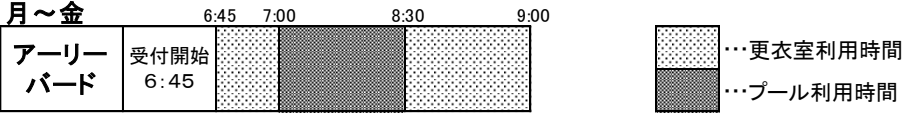
ウェルネス会員になると

平日はご登録の時間帯を、土曜はそれ以外の時間帯も時間外料金なしでご利用いただけます。

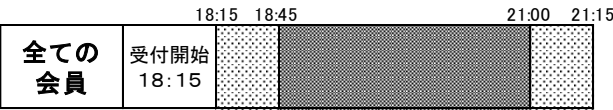
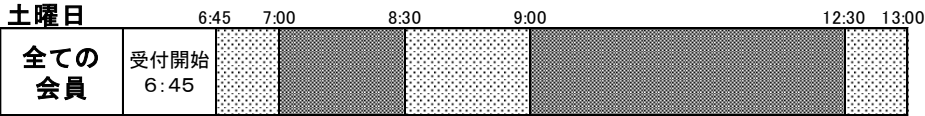
※ウィークエンド会員の方は、金曜夜と土曜早朝・午前・夜がご利用いただけます。

プール

月～金



土曜日



※午後から夕方までは、子どものスイミングでプールを使っておりますので、成人会員の方はご利用いただけません。

※火曜・金曜の夜はプールでご利用いただけるコースが下記のようにになりますので、ご注意ください。

火曜	18:30～19:00	1～3コース
金曜	19:00～	全コース

※午前中の時間帯で、週1回程度コース制限がある日、また、7月中旬頃に施設がご利用いただけない日が4日ほどございます。詳しくは決定次第ご案内いたします。

ご来館からお帰りまで

A 来館時

6 階受付



5 階ロッカー室



水着に着替え、よくシャワーを
浴びてからプールへ

*受付場所 ...6階

*会員証をお渡しください。

*ロッカーキーをお受け取りください。

*貸水着・貸タオルをご利用の方はお申し付けください。

*貴重品は必ず各自で保管してください。

ロッカーキーの番号を確認のうえ、5 階更衣室へ

*ロッカー内は土足厳禁です。

*必ずロッカーの鍵をおかけください。ロッカーキーは各自でお持ちください。

B 退館時

シャワー・サウナ



6 階受付

*ロッカーキーをご返却ください。

*レンタル（水着・タオルなど）された方はご返却ください。

*会員証をお受け取りください。

*スイムマップにご参加の方は、その日泳がれた距離を
記入してください。

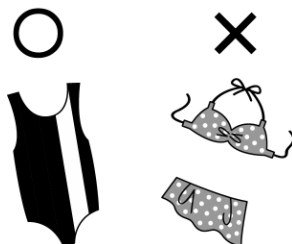
プールをご利用いただく時

A 水着・帽子について

水着は競泳用またはフィットネス用に限り自由とさせていただきます。

Y M C Aの水着もご購入いただけます。又、貸水着、貸タオルもございますのでご利用ください。

なお、水泳帽を必ずご着用いただきますようお願いいたします。



6階受付

貸水着をご利用の場合

1回 100円

回数券（11回分）1,000円

貸タオルをご利用の場合

1回 100円

回数券（11回分）1,000円

水着・ゴーグルの販売も行っております。

*貸水着・貸タオルは6階受付でロッカーキーと一緒ににお渡しいたします。ご使用後は各階の所定の場所にお返しください。

*一度ご購入いただいた水着、ゴーグル、回数券の費用は、返金できませんのでご注意ください。

*費用が変更になる場合は、掲示等でお知らせいたしますのでご了承ください。

B シャワー

適度の湯が出るようになっていますが、しばらく出しても熱い時や冷たい時は、お湯・水の蛇口で調整してください。壁のミキシングでの調整は、しないでください。

C サウナ

ご利用に際しましては、以下の注意事項を必ずお守りください。

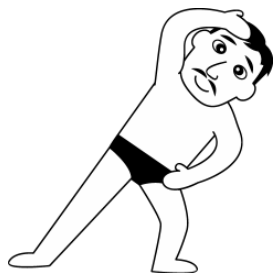
*サウナ室への可燃物の持ち込みは厳禁です。水着・タオルなどを乾燥されますと大変危険ですのでご注意ください。

*体調の悪い時のサウナのご利用は控えてください。

*金属類（指輪・時計・ネックレス・ピアスなど）は加熱して大変危険です。必ずはずしてご利用ください。

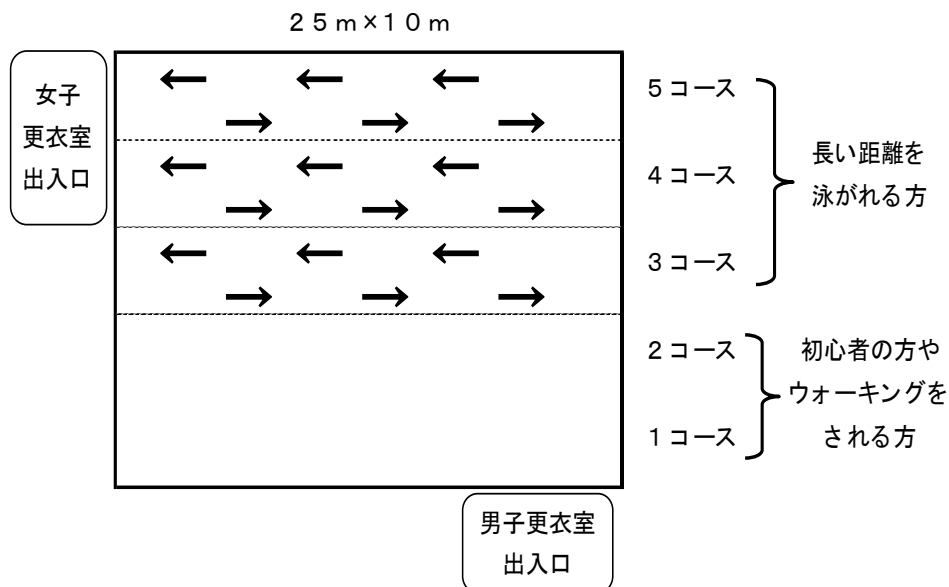
D プールでの諸注意

当プールを安全で快適に使っていただくために、下記のルール・マナーをお守りください。



- ① 疲労がたまっていたり、寝不足など体調が悪い時は泳がないようにしてください。
- ② 指輪・ネックレス・ピアス・ヘアピン等のアクセサリ類など、他の方とぶつかった時に危険なもの、必ず外してください。
- ③ ウェアラブル端末（スマートウォッチ等）は、心肺機能や消費カロリーの測定・記録機能のみ利用可能です。本体にひび割れなどの破損や著しい汚れなどがなく、全体を保護バンド等で覆って、他の方に当たっても怪我をさせない用にしてください。場合のみ使用可能です。
※スタッフが保護バンド等を確認いたします。
- ④ タトゥーが入っている方は、その部分をテーピングやラッシュガード等で隠してお入りください。
- ⑤ プール内での音楽プレーヤーのご利用は、音楽再生中に監視員の声が聞こえ、周りに音漏れのしない音量で、コードなどが横にはみ出さない状態にしてご利用ください。
- ⑥ シャワーを頭からよく浴びて、お化粧品・整髪料を落としてから入水してください。
- ⑦ ウォーミングアップを十分に行い、急激に泳がないようにしてください。
- ⑧ 3・4・5コースは右側通行です。また途中で立ち止まったり混雑時のバタフライはご遠慮ください。お互いに譲り合ってお使いください。
- ⑨ 飛び込みは禁止です。（講習会時は除く）
- ⑩ プールの壁にもたれての長い休憩はご遠慮ください。泳がれたりターンする方等にご配慮ください。
- ⑪ シャワーを浴びられた後は、よく体をふいてから更衣室にお入りください。

E プールの利用法



右側通行です。

＊速いスピードで泳がれる方は、できるだけ4コースをご利用ください。

＊講習会は、基本的には1・2コースで行います。

＊早朝は1・2コースも仕切っております。

F スイムマップ

その日泳がれた距離を記録していただき、その記録をもとにYMCAで月ごとに集計いたします。(毎月20×切) 毎月上位10位までの方を『SMILE』(毎月月初め発行・無料)に掲載します。

泳がれた距離は、退館時に受付バインダーのスイムマップカードにご記入ください。尚、スイムマップカードは6階受付にご用意いたしておりますので、初めてご参加される方は6階受付までお申し付けください。

G スイミングプログラム

『SMILE』に掲載しておりますウエルネスプログラムの表をご覧ください。

★ご注意

各講習会は、3月中旬～4月上旬・7月中旬～8月31日・年末年始は、お休みさせていただきます。

H ファミリー水泳

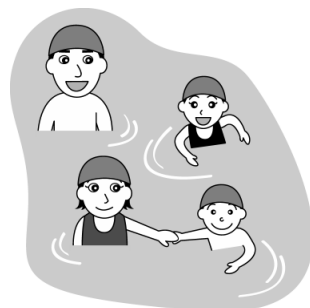
普段は成人の時間に入れないお子様も一緒にご参加いただき、水遊びを楽しんでいただける時間です。

ウィークエンドをご家族でお楽しみください。但し、スイミング会員以外の方は、次の費用が必要です。

曜日と時間 : 毎土曜日 夜 18:45～21:00

ファミリー水泳時の費用

	中学生以下	高校生以上
成人会員の方の 配偶者とお子様	400円	800円
その他	500円	1,000円



[ビジター]

YMCAの活動を理解していただくため、お知り合いの方も一緒に泳いでいただけます。ご利用いただけるのは会員の方と一緒に泳ぐのときに限ります。

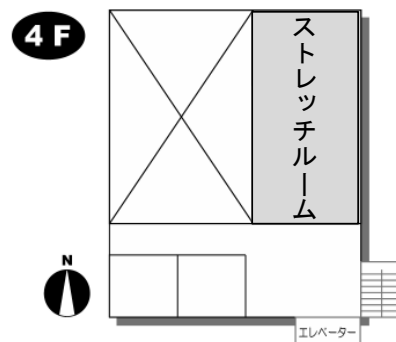
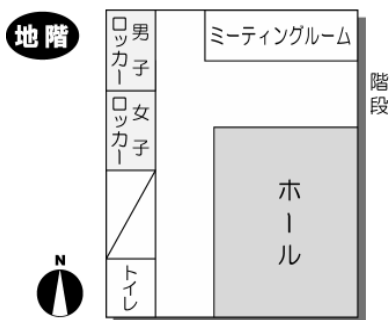
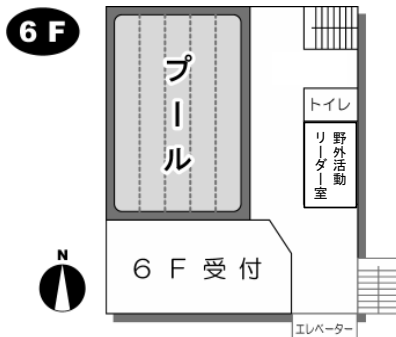
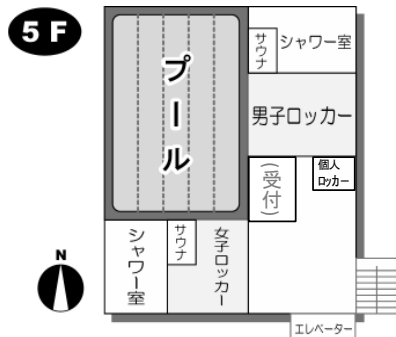
但し、混雑時はお断りする場合があります。

通常時の費用

YMCAスイミング会員（登録時間外のご利用）	1回1,000円
他活動参加会員・スイミング会員で休会中の方	1回1,500円
その他ビジター	1回2,000円

* ファミリー水泳（土曜日：夜）以外のビジターは16歳以上に限ります。

ウエルネスセンター 見取り図



交通ストライキ及び大雨・暴風警報発令時

- ① 京都市バスが運行されない時は休館させていただきます。
 - ② 大雨及び暴風警報の両警報、または特別警報が発令された時は休館させていただきます。
- ☆①②の場合とも早朝・午前・夜、それぞれの時間帯の開始時間の2時間前までに解除されない場合は、それぞれの時間帯はお休みとさせていただきます。
- ☆解除された後、2時間以降に開始されるクラスは行います。
- ☆②の場合、それぞれの時間中に警報が発令された場合、その時点で決定させていただくこともございます。

京都Y M C A個人情報保護方針について

京都Y M C Aでは、個人情報が個人の人格尊重のもとに慎重に取り扱われるべきものであるとの自覚に基づき、個人情報の適切な保護に務めます。個人情報の取り扱いにつきましては、以下のルールに従います。

また、この方針は、公益財団法人京都Y M C A、学校法人京都Y M C A学園の京都Y M C A組織全体の方針と致します。

- 1 京都Y M C Aは、個人情報保護に関する「個人情報保護規程」を定め、関係する法令等を遵守します。
- 2 京都Y M C Aは、取得した個人情報について適切な安全措置を講じることにより、個人情報の漏洩、紛失、毀損または個人情報への不正なアクセスを防止することに努めます。
- 3 京都Y M C Aは、無断で個人情報を集めることはいたしません。皆様に対して、利用目的をあらかじめ明らかにした上で個人情報の提供をお願いしております。
- 4 個人情報利用の目的
 - ・ 事業実施上の資料、連絡、募集の告知、機関誌の送付
 - ・ 京都Y M C A主催事業、京都Y M C A関係団体主催事業の告知
- 5 皆様の個人情報を、取り扱いに関する安全管理措置契約をあらかじめ締結した委託先以外の第3者に、ご本人の承諾なしに提供することはいたしません。
- 6 個人情報の開示、訂正、利用停止などをご希望の場合は、誠意をもって応じます。
- 7 京都Y M C A個人情報保護方針及び個人情報保護規程等は、関係法令の改廃や情勢の変化により、適宜変更します。

個人情報に関するお問い合わせ

個人情報の取扱いに関するご要望お問い合わせは、下記までお願い致します。

公益財団法人 京都Y M C A 本部事務局
〒604-8083 京都市中京区三条通柳馬場東入中之町2
TEL(075)231-4388 FAX(075)251-0970

公益財団法人

京都 Y M C A ウェルネスセンター

〒604-8083

京都市中京区三条通柳馬場東入中之町2

T E L (075) 255-4709 (日・祝休館)

F A X (075) 255-2087

E-mail wellness@kyotoymca.org