

COCONUT & DOLPHIN FUN+

料金別納郵便

COCONUT & DOLPHIN
FUN+

返送先: 〒791-8067
松山市古三津6丁目5番23号
(株)南海スポーツ企画

【ココナツ&ドルフィン ファンプラス】

No.12 '13-春号
2013.4月

おかげさまで 古三津店 30周年



祝 30周年!

おかげさまで古三津30周年 P01

ココナツ古三津 マシンジムリニューアル! >>> P03

愛媛マラソン結果報告 >>> P04

FUN+掲示板 >>> P05

イベント写真館 >>> P07

ニュース >>> P08

INFORMATION >>> P10

30th Anniversary!

ドルフィン時代からずっと古三津をご利用されている会員様

ココナツ古三津 藤川みどりさん **ずっと古三津会員!**

Q 最初、ドルフィンに入会しようと思ったきっかけは何ですか?
日焼けしないスポーツは水泳しかないと思い始めました。当時、エアロビクスもフラダンスもありませんでした。

Q 印象に残っている出来事は何ですか?
70歳になって初めて、大会に出て100m泳いだ時、最後の25mは私一人でした。その時、皆さんが「頑張れ」と応援してくれた事が嬉しかったです。それと昨年、四国マスターズで選手宣誓をしたことです。

Q 最後に30周年を迎えるにあたって何か一言お願いします。
おめでとうございます。今のココナツ古三津で満足しています。今の自分と向き合って、80歳の自分を受け入れ、しっかりと一日一日を過ごして行きたいと思っています。

ココナツ古三津 Hさん **ずっと古三津会員!**

Q 最初、ドルフィンに入会しようと思ったきっかけは何ですか?
子供が入会して楽しそうだったので親子3人で通いました。数年のつもりが、もう何十年も通っています。長く続いているのは、楽しいからだと思います。今では孫達がスイミングに通っています。

Q 印象に残っている出来事は何ですか?
月末の休館日に近くの観光地に遊びに行った事です。休会中でも旅行だけは参加すると言っていたKさんの事を思い出します。

Q 今頑張ってやられている事はなんですか?
毎年ゆっくりと1km泳ぐ事です。

Q 最後に30周年を迎えるにあたって何か一言お願いします。
建物も私達もだんだん年をとっていきますが、このままストレス解消できる楽しい場所であってほしいと思います。

ココナツ古三津 深水恭太郎さん **ドルフィン時代**

Q ドルフィンに入会しようと思ったきっかけは何ですか?
小学生の頃に水泳が好きでドルフィンが近くにできたので通いはじめました。

Q ドルフィン時代、印象に残っている出来事は何ですか?
タッチ板と電光掲示板を使用した記録会が嬉しかったこと、記録会に田口信教さんが来て模範泳法を見せてもらったことです。

Q ココナツに入会したきっかけは何ですか?
国体の成年30歳以上の部への出場を目指したことです。おばさま達のパワーがすごいのにびっくりしました。

Q 最後に30周年を迎えるにあたって何か一言お願いします。
30周年おめでとうございます!ドルフィンをもって盛り上げるためにお手伝いできればと思います。

ココナツ古三津 相原利恵さん **ドルフィン時代**

Q ドルフィンに入会しようと思ったきっかけは何ですか?
オープンの折込みチラシを見た母が、肥満ぎみだった弟を入会させようとしたのに、「私も私も!」と一緒に入会させてもらったのがきっかけです。

Q ドルフィン時代、印象に残っている出来事は?
プロテイン。筋肉自慢のお笑い芸人が「プロテインは食べ物です」と言っていたような…私たち、30年前から食べてましたから!

Q ココナツに入会したきっかけは何ですか?
マスターズの大会に出たいと思ったからです。ドルフィン時代、鬼コーチだったT先生はすっかり好々爺になっていました。(失礼…)当時、中学生だった私も40歳オーバーです。

Q 最後に30周年を迎えるにあたって何か一言お願いします。
30周年おめでとうございます。50年、60年のお祝いの時もココナツで泳いでいたいと思います。

ココナツ古三津 岡村ルミさん **ドルフィン時代**

Q ドルフィンに入会しようと思ったきっかけは何ですか?
私が小学3年生の時、学校の帰り道に何が建つのかなあと考えていたら、ドルフィンができました。当時、泳げなかった私は泳げるようになりたくて、親にお願いをして入会しました。

Q ドルフィン時代、印象に残っている出来事は何ですか?
私のまわりは小さい子ばかりで、早く進級したくて、当時日曜日は子供でも自由遊泳ができたので、一人で来てひたすら練習していました。その甲斐あって、どんどん進級し、5年生の時に選手コースに入ることができました。

Q ココナツに入会したきっかけは何ですか?
社会人になり、運動不足解消のため入会しました。水泳も続けることができ、マスターズの試合にも出場しています。幅広い年齢層の方とお友達になり、楽しく過ごしています。

Q 最後に30周年を迎えるにあたって何か一言お願いします。
30周年おめでとうございます。選手・バイト・社会人(マスターズ)とできた当初からのドルフィンっ子です。これからも通い続けたいと思いますので宜しくお願いします。

ココナツ古三津 白石望さん **ドルフィン時代**

Q ドルフィンに入会しようと思ったきっかけは何ですか?
最新の設備を備えたプールが出来たということが一番の理由でした。レベルの高い選手が入会したと当時話題になっていたのに、その選手と同じ舞台に立ち、同じコーチに水泳を習いたいという思いがありました。

Q ドルフィン時代、印象に残っている出来事は何ですか?
普段のキツイ練習もさることながら、二部練習や三部練習などあり、家にいるよりもプールにいる方が長かったです。そのぶん仲間と過ごす時間も長く、一緒に遊んだりしたことが楽しかったです。

Q 今頑張ってやられている事はなんですか?
再び水泳を始めて1年になるうとしています。まだまだ試合に出るのが楽しいながらも、怖いという気持ちがとれないので、きちんと練習したいです。少しでもタイムを縮められるように、綺麗な泳ぎ方をしようと気をつけています…が、その前にダイエットを頑張らなければ!

Q 最後に30周年を迎えるにあたって何か一言お願いします。
30年経っても常にアットホームな雰囲気があるスポーツクラブなのが魅力だと思います。これからも変わらずあり続けてください。



古三津 30周年



今年4月22日、古三津店がオープン30周年を迎えます。日頃のご愛顧誠にありがとうございます。
南海ドルフィンクラブとしてスタートしてから30年。
当時はスイミング主体でしたが、その後大人のフィットネス部門も加わり、ジムやスタジオの増改築も経て今日を迎えています。
これからもご利用いただく会員様に満足いただけるよう、スタッフ一同努めてまいります。
今後とも変わらぬご愛顧賜りますよう、お願い申し上げます。



金子支配人より会員様へ、ごあいさつ!

この度、古三津店は、4月で30周年を迎えることとなりました。これもひとえに、会員の皆様、並びに関係者の皆様のおかげだと、心から感謝申し上げますと共に、これからもより良いサービスをご提供できますよう、スタッフ一同努めて参ります。今後とも、古三津店をよろしくお願い致します。

古三津 金子支配人

オープン当時の古三津スタッフ、森コーチにインタビュー!

Q 30年前のココナツは?
南海ドルフィンクラブとしてスタートして30年の月日が流れたんですね。当時はスイミングが主体で、年齢、性別を問わず、あらゆる年代の会員の皆様が気軽に身体を動かすことを楽しめるスポーツ施設でした。現在では、施設内の設備も充実し、様々な目的をもって会員様も楽しまれていますね。

Q 古三津店で印象に残っている出来事は何ですか?
オリンピック金メダリストの田口信教さんに直接、水泳の指導を受けたことがとても印象に残っています。

Q 最後に30周年を迎えるにあたって何か一言お願いします。
長い間この仕事を続けてこられたのは、自分にとってやりがいのある仕事だったからだと思います。スポーツを通じて年齢、性別を問わず、様々な方が心身ともに健康に過ごしていく時間に関わらせていただけたこと、……感謝です! これからも、体力と気力が続く限り、より一層努力し、会員様に伝えていけたらと思っています。

現在の森コーチ

30年前の森コーチ

30周年 記念イベント!

平成25年
4月21日(日)
10:00~16:30

- 30時間耐久バイク!
- スクール生によるダンス発表会!
- 大抽選会 ● 自由遊泳
- 表彰式 など…

アイスやジュースのプレゼント!
もちまきもあるよ★



※詳しくは、受付までお問い合わせください。

愛媛マラソン 結果報告

今年も古三津・朝生田から
たくさんの方が出場されました！



朝生田 渡部 善美さん
time 4時間19分43秒



朝生田 佐々木 美耶さん
time 3時間51分50秒



朝生田 森末 伸子さん
time 4時間09分00秒



古三津 石丸 幸子さん
time 5時間05分42秒

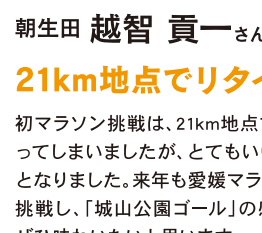


朝生田 大野 勝広さん
time 3時間51分25秒

初出場！



朝生田 藤田 裕二さん
time 4時間55分11秒
コーチ・スタッフの皆様のおかげと、私の努力でなんとか完走することができました。また機会があれば走りたいと思います。



朝生田 越智 貢一さん
21km地点でリタイア
初マラソン挑戦は、21km地点で終わってしまいましたが、とてもいい経験となりました。来年も愛媛マラソンに挑戦し、「城山公園ゴール」の感動をぜひ味わいたいと思います。

初出場！



朝生田 本田 慎哉さん
time 3時間16分22秒



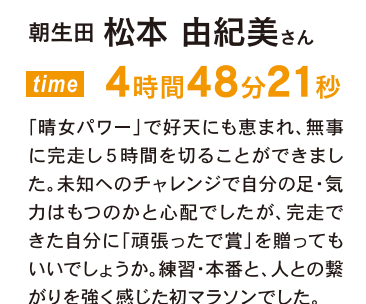
朝生田 加地 豊満さん
time 3時間25分36秒



朝生田 山崎 正人さん
time 4時間28分01秒

初出場！

スタートまでは本当に走走できるのか心配でしたが、走り始めるととても気持ちよく、ゴールまであっという間という感じでした。来年もまた挑戦したいです。



朝生田 松本 由紀美さん
time 4時間48分21秒

初出場！

「晴女パワー」で好天にも恵まれ、無事に完走し5時間を切ることができました。未知へのチャレンジで自分の足・気力はもつのかと心配でしたが、完走できた自分に「頑張ったで賞」を贈ってもいいでしょうか。練習・本番と、人との繋がりを強く感じた初マラソンでした。



朝生田 大西 和久さん
time 3時間44分00秒



朝生田 池田 功さん
time 4時間02分09秒



朝生田 吉岡 俊雄さん
time 5時間50分25秒



朝生田 高藤 美奈子さん
time 3時間58分25秒



朝生田 佐竹 利治さん
time 4時間16分16秒



古三津 香川 晃彦さん



朝生田 渡部 通子さん
time 4時間38分44秒



古三津 田中 義雄さん
time 5時間45分19秒



朝生田 宮内 昌吾さん
time 3時間15分44秒
目標3時間でしたが、まだまだでした。レース中は、足がつりそうになったり、痛みもありましたが、たくさんの声援のおかげで、完走することができました。これからも多くの人たちと走り、年々タイムを上げていきたいと思っています。

初出場！

古三津 嶋本 恭平さん

time 4時間08分50秒

最高の4時間でした！生まれて初めてのフルマラソンだったので、不安でいっぱいでしたが、沿道の皆さんの声援のおかげで完走できました。来年はもっといい記録を狙います！出場を迷っているそのあなた！絶対出た方がいいですよ！(〇〇)

初出場！



新マシンを使って姿勢改善！

膝痛・腰痛・肩こりの方、いろんな悩みを新マシンが解決します！マシン近くにある案内板に沿って、マシンを使用してみてください。使い方や使用のポイントなどは、お気軽にココナツインストラクターにご相談を！また定期的に、膝痛・腰痛・肩こりなど、会員様の身体の悩みに応じたマシンプログラムをレッスンのように展開していきます。期間や時間などは、館内POPなどでお知らせ致します。ぜひ古三津の新しいマシンをご利用ください★



30周年を機に、マシンジムがリニューアル！
新しくなったマシンジムで充実したトレーニングを！

マシンジム リニューアル

3/27 水
ココナツ古三津



愛媛マラソンへの道

2月10日に開催された愛媛マラソンに朝生田の廣田コーチが参加してきました！
結果は見事完走!!! 目標の4時間を切ることができました！



結果！ 3時間57分35秒

目標達成！

練習走行距離 約630km
(H24年9月～H25年1月)

東京まで行ける距離！



無事に完走することができました★
練習もたくさんのコースを走って、改めて松山の素晴らしさに気付きました。応援してくれた皆様、本当にありがとうございました！

FUN+ 掲示板

みなさまの体験談やスタッフからの耳より情報、
オススメのお店など、便利でおもしろい情報を紹介します！
また、「FUN+ 掲示板」ではあなたの記事を随時募集中！
記事の内容は何でもOK!お気軽にスタッフまでご応募ください★

今年も行きます！ 四万十川水泳マラソン大会



昨年も参加した四万十川水泳大会。
4月上旬より、今年も申し込みが始まります★
各館内に掲示しますので、ご覧ください！
みなさん一緒に四万十川で泳ぎましょう！

平成25年8月4日(日)
高知県四万十市
4月上旬より申込み開始！

先着
450名

※各自でのお申し込みとなります。
※3.5kmか5kmのどちらかの距離を選択。
※ウェットスーツまたは、主催者が用意するヘルパーのどちらかを着用しての参加になります。
◎詳しくは、古三津・本間、朝生田・山崎まで！

古三津
高橋さん



手作りを始めて、30年くらいになります。
ドルフィンに勤め始めて1年ぐらいいしてから、季節ごとに作品を受付カウンターに飾るようにし始めました。
みなさんに少しでも季節を感じて喜んでいただければと思います。受付にお越しの際は、ぜひご覧になってください。

手作りの飾り付けで、
お迎えします。

今年の2月の受付は
ハートのチョコレートで
飾りました★



孫の初節句に作った
五月飾りです！

寒い季節はウィンタースポーツに夢中！

朝生田 スノー部？



ココナツ朝生田では、スタッフ仲良くいろんなスポーツに取り組んでいます。冬はウィンタースポーツを楽しんできました！

うちの

オシャレ番長!!

今回のおしゃれ番長は朝生田の岡田啓一さんです！

そんなに
チャラいですか？



私服



スーツ

決める時には
ピンポイント！

岡田さんは、まわりのみなさんから「チャライ〜」とほぼ毎日言われているそうです。髪の毛が茶色なのは自然色、ダイビングをやっている草食系…?? チャラく見えても中身(ハート)は違います。「四万十川水泳マラソン大会」第17回、19回では、3.5km年齢別第3位！2012年「日本マスタース大会」では25mバタフライ・25m背泳ぎ優勝！背泳ぎは県新！←県新は嬉しかった〜。(しみじみ言っていました。)見た目どのギャップを確かめてほしい！そうです。「何事においてもメンタルの力を発揮し、本番で150%の力が出せる男」それが岡田啓一。皆様、岡田さんを見かけたら声をかけて、チャライかどうか確かめてみてください。古三津の皆様もマスタース大会で見かけたら声をかけてみてください！ 真実はいかに…。「ついてる・最高・絶好調・感謝」
※すべて本人談によるものです。

朝生田
岡田 啓一さん

New Lesson!

『スタイルアップ』

スタイルの良い人をイメージしてみてください。みんな姿勢がよくありませんか？

美しいスタイルのポイントは正しい姿勢！キレイな姿勢を身につけて、スタイルアップしていきましょう。

古三津
一木コーチ

朝生田
大橋コーチ

スタイルアップではストレッチポールで身体をほぐした後、きれいな姿勢を維持する上で大切な、骨盤やお腹の内部の筋肉を使うコアトレーニングを行います。
これによって姿勢が改善されるとともに、肩甲骨周りの筋肉もよく動くようになるので背中もスッキリし、全身が効率よく機能するようになってきます。
したがって…

- ・キレイな姿勢をキープ！
- ・運動効果もアップ！
- ・痩せやすい体に！

というふうスタイルアップに繋がっていくのです。いつまでも若々しくいられる為に、「スタイルアップ」で美しいスタイルを目指していきましょう!!



ドルフィン

キッズマッサージ 4月から朝生田校でスタート!

テレビで話題!

朝生田校では、今テレビで話題の「キッズマッサージ」を4月からスタートします★
武田コーチ、高岡コーチの2人が「アメニティスクール バンビ」でキッズマッサージ・プロ養成コースの資格を取得！ベビーコースの時間内でキッズマッサージを受けることができます。



朝生田
高岡コーチ

朝生田
武田コーチ

1日無料体験 実施中!

ベビーコースの1日無料体験を開催しています★
お気軽にご参加ください!

◎営業時間内で前日までの予約が必要となります。
◎キッズマッサージの開催曜日・時間についてはお問い合わせください。

アメニティスクール バンビ
キッズマッサージ・プロ養成コースとは…

1才から小学6年生までのお子様を対象としたキッズマッサージ。マッサージの講師として活動できる資格です。マッサージだけでなく、子どもの発達心理学や栄養学なども修得済です。



オープニング

snap snap!



イベント

写真館

新しい年の始まりから春にかけて、ココナツ・ドルフィンでは
さまざまなイベントを開催しました!

ドルフィン
体育スクール
発表会



エンディング

古三津
バレンタイン
スペシャル
レッスン



今年のバレンタインスペシャルレッスンは「インストラクターシャッフルレッスン」。普段はエアロをしないスタッフがエアロをしたり、プールレッスンをしないスタッフがレッスンを行いました。当日のレッスンまでインストラクター名を公表していなかったため、参加者の皆様もビックリ&大興奮!! とても楽しいイベントとなりました。



朝生田
ランニング
セミナー



ココナツスタッフのトレーナー研修を担って下さっている株式会社リーチのATC増本さんを招いて、ランニングセミナーを開催しました。走る前のウォーミングアップやワンポイントアドバイスなど盛りだくさん! 皆でスタジオ中を軽く走ったり、ジャンプしたり... 楽しみながら、気持ち良い汗をかきました★



たくさんのランナーの皆様にご集まっていただきました。皆様、真剣にトレーニング中!! 楽しくてあっという間のセミナーでした。

古三津
もちつき



COCONUT & DOLPHIN NEWS ココナツ&ドルフィン ニュース

四国スイミングクラブ新年フェスティバル大会結果/くろしおアリーナ

古三津校 濱家 隆佑くん [11~12歳] 50mバタフライ 28秒97 第1位 100mバタフライ 1分03秒76 第2位	古三津校 今本 隆之介くん [15~18歳] 100mバタフライ 56秒23 第2位 200mバタフライ 2分01秒91 第3位	朝生田校 今城 拓海くん [13~14歳] 100m自由形 54秒22 第1位 200m自由形 1分57秒32 第1位
古三津校 川連 元輝くん [13~14歳] 50m自由形 26秒00 第2位 100m自由形 56秒43 第3位	古三津校 照喜納 志帆さん [15~18歳] 100m平泳ぎ 1分08秒39 第1位 200m平泳ぎ 2分26秒57 第1位	朝生田校 渡部 菜穂さん [13~14歳] 50m自由形 28秒08 第3位
古三津校 萩原 裕貴くん [13~14歳] 100mバタフライ 1分00秒25 第2位 200mバタフライ 2分09秒03 第1位	古三津校 上岡 杏奈さん [15~18歳] 50m自由形 27秒64 第3位 100m自由形 59秒23 第3位	

第35回春季ジュニアオリンピック出場者

古三津校 濱家 隆佑くん ■100m背泳ぎ ■100mバタフライ ■200m個人メドレー	古三津校 照喜納 志帆さん ■50m平泳ぎ ■100m平泳ぎ ■200m平泳ぎ
古三津校 萩原 裕貴くん ■200mバタフライ	古三津校 福永 竜星くん ■50m平泳ぎ
古三津校 今本 隆之介くん ■200mバタフライ	朝生田校 今城 拓海くん ■100mバタフライ ■50m自由形 ■200m自由形

短水路日本選手権 ベスト16

古三津校 照喜納 志帆さん [15~18歳]
100m平泳ぎ 1分08秒49 16位

4月の日本選手権にも出場!

久米潤さん「輝き松山大賞」受賞!
「愛顔のえひめ文化スポーツ賞 特別賞」受賞!



イタリアアオーノで開催された「第6回ダウン症 世界ダウン症世界水泳選手権大会」男子400mメドレーリレーで銅メダルを獲得した久米潤さんが、「輝き松山大賞」と「愛顔のえひめ文化スポーツ賞 特別賞」を受賞しました! おめでとうございます!

ドルフィン
節分



鬼が来た〜!



4月～7月までのイベント予定

<p>4月 ココナツ朝生田</p> <p>春のウォーキング</p> 	<p>4月 ドルフィン古三津</p> <p>春の遠足</p> 	<p>5月 ココナツ朝生田</p> <p>ジョイントレッスン</p> 	<p>5月 ドルフィン朝生田</p> <p>こどもの日イベント</p> 	<p>7月 ココナツ</p> <p>ビアガーデン</p> 
--	---	--	--	---

キャンペーンのお知らせ

春の訪れも健康で美しく！
ココナツで身体づくりを始めましょう！

ココナツ・ドルフィンではじめよう!!
健康なカラダづくり

無料で測定！
もっと知ろう自分のカラダ
ココナツで
体成分測定

約15分で測定&スタッフアドバイスが受けられます。
身体のことを知るチャンスです、どうぞお試しください。

この春ドルフィンで、
新しいチャレンジをはじめよう！

春のお友達紹介キャンペーン開催中！【期間：4/29(月)まで】

ココナツ&ドルフィン会員様の紹介だとお得!!

ココナツに入会すると…
入会金 ~~10,500円~~ ▶ 0円
事務手数料 ▶ 0円

ドルフィンに入会すると…
水着とキャップをプレゼント!
事務手数料 ▶ 0円



ご紹介いただいた会員様には…

**サニーマート
オリジナルギフト
プレゼント!**

右記の商品よりお選びください!



期間中、ココナツ・ドルフィン会員様のご紹介でココナツにご入会された方には、入会金をいたしません。また、ドルフィンに入会された方には、水着とキャップをプレゼント致します！
さらに、ご紹介いただいた会員様にもおすすめのギフトを差し上げます！ 各店フロントでお好きな商品をお申し込みください。(詳しくは各店フロントまでお問い合わせください。)

月会費のご案内

※料金は1名様の価格(消費税込み)です。 ※利用料金はいたしません。 ※ココナツの最終チェックインは利用時間終了の1時間前です。

●入会金:10,500円 ●事務手数料:2,100円(入会時)

フルタイム会員	平日/9:00~23:30 土曜日/9:00~22:00 日曜・祝日/9:00~19:00	6,825円
デイトム会員	月~土曜日/9:00~18:00 ※祝日は除く	5,775円
ハッピーナイト会員	平日/18:30~23:30 土曜日/18:30~22:00 ※祝日は除く	5,250円
シルバー会員	平日/9:00~23:30 土曜日/9:00~22:00 日曜・祝日/9:00~19:00	6,300円

●入会金:10,500円 ●事務手数料:3,150円(入会時)

フルタイム会員	平日/9:00~23:30 土曜日/9:00~22:00 日曜・祝日/10:00~20:00	9,975円
デイトム会員	平日/9:00~18:00 土曜日/9:00~13:30 ※祝日は除く	6,930円
デイマスター会員	平日/9:00~18:00 土曜日/9:00~18:00 日曜・祝日/10:00~20:00	8,400円
ナイト会員	平日/20:30~23:30 土曜日/19:00~22:00 ※祝日は除く	6,300円
スーパーナイト会員	平日/20:30~23:30 土曜日/9:00~22:00 日曜・祝日/10:00~20:00	7,875円
ホリデイ会員	土曜日/9:00~22:00 日曜・祝日/10:00~20:00	6,300円
ファミリー会員	平日/9:00~23:30 土曜日/9:00~22:00 日曜・祝日/10:00~20:00	9,135円

●事務手数料:1,050円(入会時)

スィミングスクール	ベビーコース、幼児コース、 小児コース、学童コース 月額 6,300円(週1回) [ベビーコースは何回来てても 6,825円]
体育スクール	体育コース、空手コース、キッズダンス コース、新体操コース(朝生田のみ) 月額 5,250円(週1回)
スィミングスクール・ 体育スクール併用	スィミングスクール会費 +2,100円(週1回)

※入会時に必要なもの等、詳しくは、フロントまでお問い合わせ下さい。

※入会時に必要なもの等、詳しくは、フロントまでお問い合わせ下さい。

coconut calendar

※NDCは南海ドルフィンクラブの略です。

4 >> April

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
1	2 全館休館日	3	4	5	6	7
8	9 全館休館日	10	11	12	13	14
15	16 全館休館日	17	18	19	20	21 古三津30周年記念イベント
22	23 全館休館日	24	25	26	27	28
29 昭和の日 NDC休館日	30 全館休館日					

5 >> May

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
		1	2	3 憲法記念日 NDC休館日	4 みどりの日	5 こどもの日
6 振替休日	7 全館休館日	8	9	10	11	12
13	14 全館休館日	15	16	17	18	19
20	21 全館休館日	22	23	24	25	26
27	28 全館休館日	29	30	31		

6 >> June

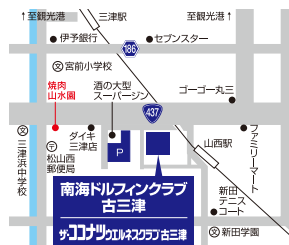
MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
					1	2
3	4 全館休館日	5	6	7	8	9
10	11 全館休館日	12	13	14	15	16
17	18 全館休館日	19	20	21	22	23
24	25 全館休館日	26	27	28	29	30

7 >> July

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
1	2 全館休館日	3	4	5	6	7
8	9 全館休館日	10	11	12	13	14
15 海の日	16 全館休館日	17	18	19	20	21
22	23 全館休館日	24	25	26	27	28
29	30 全館休館日	31				

ザコナツケルネスクラブ古三津
 松山市古三津6丁目5-23 <http://www.nankaidc.com>
 ☎(089)951-0202
 フロント平日 9:00~22:00 休館日 火曜
 受付時間 土曜 9:00~21:00 日曜・祝日 9:00~18:00

南海ドルフィンクラブ古三津
 松山市古三津6丁目5-23 <http://www.nankaidc.com>
 ☎(089)951-3045
 フロント平日 9:00~19:00 休館日 火曜
 受付時間 日曜・祝日 9:00~18:00



ザコナツケルネスクラブ朝生田
 松山市朝生田町6丁目5-31 <http://www.the-coconut.jp>
 ☎(089)945-5572
 フロント平日 9:00~22:00 休館日 火曜
 受付時間 土曜 9:00~21:00 日曜・祝日 10:00~19:00

南海ドルフィンクラブ朝生田
 松山市朝生田町6丁目5-31 <http://www.the-coconut.jp>
 ☎(089)934-3045
 フロント平日 10:00~19:00 休館日 火曜
 受付時間 日曜 9:00~12:00

