

リフレッシュプラザ柏は、南増尾にあるクリーンセンターの  
ごみ焼却余熱を利用した余熱利用型健康増進施設で、  
1階には温水プールと多目的ホール、地域包括支援センター、喫茶室、  
2階にはトレーニングルーム、3階にはお風呂、和室、会議室など完備。

また、地下室1階には防災備蓄倉庫を備えています。  
プール・多目的ホールでは様々な教室を行っています。

プールやトレーニングルームで体を鍛えたり、  
お風呂で日頃の疲れを癒したり、  
皆様の健康づくりには是非ご利用ください。

## お風呂

## Bath



## 会議室

## Meeting room



## 和室

## Japanese Room



利用時間 9:00~22:00

休館日 毎週火曜日(但し火曜日が休日にあたる時は、その翌平日)  
その他、施設点検日(臨時休業)

開場時間 ■プール・トレーニング・お風呂  
9:00~22:00(プールは9:45まで)(最終入場時間 21:00)  
■多目的ホール・楽屋・和室・たべもの工房  
9:00~21:00

リフレッシュプラザ柏  
TEL.04-7173-5900

千葉県柏市南増尾 58-3 南部クリーンセンター隣  
詳しくはコチラから [リフレッシュプラザ柏](#) [検索](#)



### ⚠️ ご注意

①券売機にて利用券をご購入ください。※複数施設利用券は、受付にて販売いたします。②利用時間は更衣に必要な時間を含みます。※利用時間を過ぎると施設料金がかります。③貴重品は盗難防止のため、できる限りお持ちにならないようお願いいたします。貴重品は「貴重品ボックス」をご利用ください。④プール入場対象者は、お湯の取れた幼児の方からとなります。⑤プール利用の小学3年生以下の児童には、保護者の同伴が必要となります。保護者の同伴はお子連れに対して大人1名でお願いいたします。⑥中学生以下の児童・生徒の午後5時以降のご利用については、保護者の同伴が必要となります。⑦プール利用の際は、更衣・水着の着用が必須となります。⑧トレーニング室のご利用は、高校生以上の方からとなります。⑨トレーニング室のご利用には、初回者講習会の受講が必要となります。また、室内履きを必ずご利用ください。※詳細は受付までお問い合わせください。⑩感染症等のある方、体調の悪い方、飲酒、その他医師の指導により不適と判断された方のご利用はご遠慮ください。⑪館内での写真及びビデオ撮影・更衣室、浴室、プール等での携帯電話の使用はご遠慮ください。⑫館内へのペット類を連れてのご入場、危険物の持ち込みはご遠慮ください。⑬施設内は禁煙となります。⑭その他館内では、係員の指示に従い、他のお客様のご迷惑とならないようご利用ください。

# REFRESH PLAZA KASHIWA

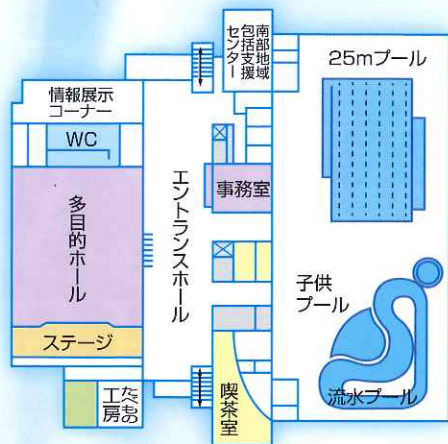


リフレッシュプラザ柏



1F

Pool & Hall



プール

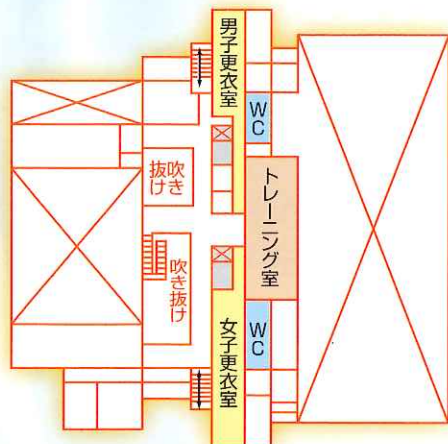
清掃工場の余熱を利用した温水プールです。

Pool



2F

Training Room



トレーニングルーム

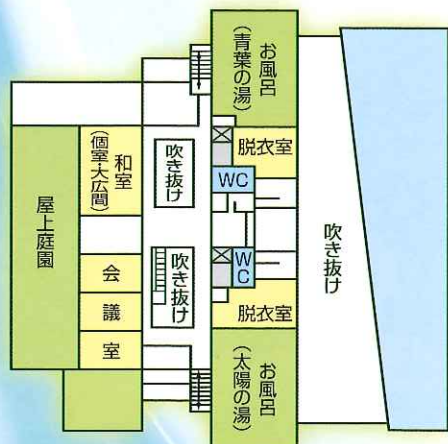
トレーニングやストレッチのためのスペースです。初回のみ講習が必要です。(電話予約可能)

Training Room



3F

Warm Bath



ラウンドフィットネス

RoundFitness

油圧抵抗式  
トレーニングマシンを用いた  
筋力運動とボードの上で  
マーチやステップ等の  
有酸素運動を30秒ずつ  
交互に行うトレーニングです。



多目的ホール

Hall



REFRESH PLAZA KASHIWA