

プール基本タイムスケジュール・利用コース

※ご利用コースは、参加者人数により変更になる場合がございます。
また、不定期に特別レッスン・パーソナルレッスンを実施させていただく
場合がございます。予めご了承下さい。(3/21更新)

月 休 館 日	火 TUESDAY					水 WEDNESDAY					木 THURSDAY					金 FRIDAY					土 SATURDAY					日 SUNDAY					
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
11	9時から利用可能					10時から利用可能					9時から利用可能					10時から利用可能					9時30分から利用可能					9時30分から利用可能					
12	10:00~11:00 成人 初心上	ゆつくり	はやく	あるく・ 初心者	10:00~10:30 ウォーキング30 大野	10:00からスクール準備	はやく	ゆつくり	あるく・ 初心者	10:00~10:30 ウォーキング30 寺門	10:00からスクール準備	ゆつくり	あるく・ 初心者	10:00~10:30 ウォーキング30 寺門	10:00からスクール準備	はやく	ゆつくり	あるく・ 初心者	10:00~10:30 ウォーキング30 寺門	10:00からスクール準備	はやく	ゆつくり	あるく・ 初心者	10:00からスクール準備	はやく	ゆつくり	あるく・ 初心者	10:00からスクール準備	はやく	ゆつくり	あるく・ 初心者
13	11:00~12:00 成人 初中級 井上	11:00~11:45 エンジョイ マスターズ45 (登録制) 大野	ゆつくり	あるく・ 初心者	11:00~12:00 成人 膝腰 石崎	11:00~12:00 成人 初中級 井上	ゆつくり	あるく・ 初心者	11:00~12:00 成人 初中級 杉	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	ゆつくり	あるく・ 初心者	11:00~12:00 成人 初中級 大野・堀江	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	
14	あるく・ 初心者	ゆつくり	はやく	ゆつくり	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	
15	13:10~13:40 アクア30 江橋	あるく・ 初心者	ゆつくり	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	13:10~14:00 アクア50 石崎	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	13:10~14:00 ミットアクア50 石崎	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	13:10~13:40 ミラクルアクア30 大久保	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	
16	あるく・ 初心者	13:45~14:15 クロール30 大野	ゆつくり	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	ゆつくり	あるく・ 初心者	14:00~14:50 エンジョイ マスターズ50 (登録制) 寺門	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	13:45~14:15 背泳ぎ30 藤井	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	
17	あるく・ 初心者	14:00~15:00 マスターズ 練習会 (登録制)	はやく	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	15:40からスクール準備	あるく・ 初心者	ジュニア スクール	15:40からスクール準備	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	15:40からスクール準備	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	
18	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	
19	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	
20	ジュニア スクール	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	19:30~20:30 成人 初中級 石崎	ジュニア スクール	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	19:30~20:30 成人 初中級 堀江	ジュニア スクール	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	
21	あるく・ 初心者	ゆつくり	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	21:00~22:00 スペシャル マスターズ60 (登録制) 筒井	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	21:10~22:10 マスターズ 練習会 (登録制)	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	21:00~22:00 スペシャル マスターズ60 (登録制) 渡邊	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	
22	あるく・ 初心者	21:10~22:10 マスターズ 練習会 (登録制)	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	あるく・ 初心者	

- 会員プログラム** ...アクア・フィットネス会員 共通プログラム
- フリー遊泳** ...フリー遊泳コース
- 有料レッスン** ...パーソナル/ミパーソナル (別途料金・要予約)
- マスターズ(登録制)** ...エンジョイ/スペシャル/練習会 (マスターズ協会登録者)
- 成人** ...お客様のレベルに合わせた 小人数制グループレッスン
- ジュニアスクール** ...初心者でも安心して参加できるプログラムです。

※ジュニアスイミングスクール開始20分前より
スクール準備を行います。

※ジュニアスイミングスクールの時間帯に関
しては、ご利用可能なコースを変更させて
いただく場合がございます。