2026年4月～

スイミングクラブ ルネサンス新所沢 プログラムスケジュール

月曜日

- 流水ウォーキング30 9:35～10:05 和田/定員30名
- 親子ベビースクール【登録制】10:10～11:00
- エンジョイマスターズ60 11:10～12:10 西川 定員30名
- クロール30 11:10～11:40 大橋 定員20名
- 平泳ぎ30 11:50～12:20 大橋 定員20名
- LaLaアクア30 12:30～13:00 定員35名/和田
- 有 女性限定スクール【会員制】西川 13:10～14:10
- フリーレーン 18:30～21:00
- 泳ぐレーン 18:30～19:30

水曜日

- 親子ベビースクール【登録制】10:10～11:00
- 4泳法60 11:10～12:10 田村 定員30名
- 背泳ぎ30 11:10～11:40 大橋 定員20名
- バタフライ30 11:50～12:20 大橋 定員20名
- ビヨンドミラクルアクア30 12:30～13:00 定員30名/若林
- 有 イベント枠【有料】13:05～13:45
- フリーレーン 18:30～21:00

木曜日

- 流水ウォーキング40 9:45～10:25 浅見/定員30名
- エンジョイマスターズ60 10:40～11:40 若林 定員30名
- 背泳ぎ30 10:40～11:10 浅見 定員20名
- 有 セミパーソナルレッスン 11:15～11:55 浅見 有料4名
- LaLaアクア30 12:00～12:30 定員35名/和田
- 有 水中運動スクール【会員制】和田 13:00～13:45
- フリーレーン 18:30～21:00

金曜日

- 流水ウォーキング40 9:45～10:25 浅見/定員40名
- 4泳法60 10:40～11:40 浅見 定員30名
- 水慣れ/クロール30 10:40～11:10 大橋 定員20名
- 平泳ぎ30 11:20～11:50 大橋 定員20名
- 水中ジョギング30 12:00～12:30 定員30名/和田
- 有 マンツーマンレッスン 12:40～13:10 浅見 有料 1名
- 有 イベント枠【有料】12:40～13:20
- フリーレーン 18:30～21:00
- 泳ぐレーン 19:30～21:00

土曜日

- 親子ベビースクール【登録制】11:30～12:20
- フリーレーン 18:45～20:15
- 泳ぐレーン 18:45～20:15

日曜日

- 4泳法45 14:00～14:45 西川 定員30名
- 有 イベント枠【有料】14:45～16:15

下記時間帯は全レーン ジュニアスクール開講中につき
成人会員様の利用はご遠慮いただいております。
●月～金 / 15:20～18:30 ●土 / 13:05～18:45
※平日15:00～/土曜12:45～ ジュニアスクール準備のため、4･5レーンを使用いたします。

プログラムへの参加についての注意点

- プログラム参加時はプールカウンターにあるレッスンチケットをお取りください。
- レッスン開始30分前からチケットを配布いたします。
  ※流水ウォーキングのみ、フロントでの配布となります。
- 各レッスンには定員がございますので、ご注意ください。
- 金曜の流水ウォーキング参加者が30名以下の場合、2レーン使用となります。
- チケットはご自身分のみ、お取りください。

🔰 のマークは運動強度が低くなっており、初めての方にも安心してご参加いただけます。

有 のマークは有料プログラムです。予めご予約が必要になります。

●プールエリア利用可能時間について●
月～金 9:00～15:20／18:30～21:00　土 9:00～13:05／18:45～20:15　日 8:00～16:15
※月～土が祝日にあたる場合には20:00までの利用時間となります。