【プール　コース利用状況一覧】

2026年9月1日 ～

火

時間	①	②	③	④
10:00	あるくコース	初心者コース	およぐコース	およぐコース
10:30	あるくおよぐコース	10:45～11:25 アクアビクス		
11:00				
11:30	あるくコース	初心者コース	およぐコース	およぐコース
12:00	あるくおよぐコース	12:00～13:00 スペシャルマスターズ【登録制】		
12:30				
13:00	あるくコース	初心者コース	およぐコース	13:10～14:10【有料】成人スクール【中級】
13:30				
14:00				14:15～14:45【有料】スイミングパーソナル
14:30				
15:00			準備	
15:30			15:30～16:30【有料】ジュニアスクール【幼児/小学生】	
16:00			16:30～17:30【有料】ジュニアスクール【幼児/小学生】	
16:30				
17:00				
17:30	あるくおよぐコース	17:30～18:30【有料】ジュニアスクール【小学生】		
18:00				
18:30	あるくコース	初心者コース	18:30～19:30【有料】ジュニアスクール【小中学生】	
19:00				
19:30			準備	
20:00			およぐコース	20:00～21:00【有料】成人スクール【初級】
20:30				
21:00				およぐコース
21:30				
22:00				
22:30				

水

時間	①	②	③	④
10:00	あるくおよぐコース	10:20～11:00 アクアビクス		
10:30				
11:00	あるくコース	初心者コース	およぐコース	およぐコース
11:30				
12:00				11:45～12:45【有料】スイミングセミパーソナル
12:30				
13:00				12:50～13:50【有料】成人スクール【中級】
13:30			13:50～15:05【有料】成人スクール【マスターズ】	
14:00				
14:30				
15:00	あるくおよぐコース	15:10～16:00 エンジョイマスターズ【登録制】		
15:30	あるくコース	初心者コース	およぐコース	16:00～18:00【有料】スイミングパーソナル
16:00				
16:30				
17:00				
17:30				
18:00				
18:30				およぐコース
19:00				
19:30				
20:00				20:00～21:00【有料】成人スクール【中級】
20:30				
21:00				21:00～22:00【有料】成人スクール【初級】
21:30				
22:00				およぐコース
22:30				

木

時間	①	②	③	④
10:00	あるくおよぐコース	10:25～11:05 ミットアクア		
10:30				
11:00	あるくコース	初心者コース	11:10～12:25【有料】成人スクール【マスターズ】	11:10～12:10【有料】成人スクール【初級】
11:30				
12:00				12:10～13:10【有料】成人スクール【中級】
12:30			12:25～13:45【有料】スイミングセミパーソナル	
13:00				13:15～14:10【有料】スイミングセミパーソナル
13:30				
14:00	あるくおよぐコース	14:15～14:55 アクアビクス		
14:30				
15:00	あるくコース	初心者コース	準備	
15:30			15:30～16:30【有料】ジュニアスクール【幼児/小学生】	
16:00			16:30～17:30【有料】ジュニアスクール【幼児/小学生】	
16:30				
17:00	あるくおよぐコース	17:30～18:30【有料】ジュニアスクール【小学生】		
17:30				
18:00				
18:30	あるくコース	初心者コース	およぐコース	18:30～19:30【有料】ジュニアスクール【中高生】
19:00				
19:30			準備	
20:00	あるくおよぐコース	20:00～20:50 スペシャルマスターズ【登録制】		
20:30				
21:00	あるくコース	初心者コース	およぐコース	21:00～22:00【有料】成人スクール【中級】
21:30				
22:00				およぐコース
22:30				

金

時間	①	②	③	④
10:00	あるくコース	初心者コース	10:20～10:50 水中ウォーキング	
10:30	あるくおよぐコース	11:00～11:50 アクアビクス		
11:00				
11:30	あるくコース	初心者コース	12:00～13:00【有料】成人スクール【初級/中級】	
12:00				
12:30			13:05～14:05【有料】スイミングセミパーソナル	
13:00				
13:30				
14:00	あるくおよぐコース	14:15～14:55 ミットアクア		
14:30				
15:00	あるくコース	初心者コース	準備	
15:30			15:30～16:30【有料】ジュニアスクール【幼児/小学生】	
16:00			16:30～17:30【有料】ジュニアスクール【幼児/小学生】	
16:30				
17:00	あるくおよぐコース	17:30～18:30【有料】ジュニアスクール【小学生】		
17:30				
18:00			18:30～19:30【有料】ジュニアスクール【小中学生】	
18:30				
19:00				
19:30	あるくコース	初心者コース	準備	
20:00			およぐコース	20:00～21:00【有料】成人スクール【上級】
20:30				
21:00				およぐコース
21:30				
22:00				
22:30				

土

時間	①	②	③	④
10:00	あるくコース	初心者コース	10:00～11:00【有料】ジュニアスクール【幼児/小学生】	
10:30				
11:00			11:00～12:00【有料】成人スクール【上級】	11:00～12:00【有料】ジュニアスクール【幼児/小学生】
11:30				
12:00			およぐコース	準備
12:30	あるくおよぐコース	12:20～13:20 スペシャルマスターズ【登録制】		
13:00	あるくコース	初心者コース	およぐコース	13:45～15:00【有料】ジュニアスクール【中高生】
13:30				
14:00				
14:30				
15:00				
15:30				
16:00				
16:30				
17:00				
17:30				
18:00				
18:30				
19:00				
19:30				
20:00				
20:30				
21:00				
21:30				
22:00				
22:30				

日

時間	①	②	③	④
10:00	あるくコース	初心者コース	10:00～11:00【有料】ジュニアスクール【幼児/小学生】	
10:30				
11:00			11:00～12:00【有料】成人スクール【初級】	11:00～12:00【有料】ジュニアスクール【幼児/小学生】
11:30				
12:00			12:00～13:00【有料】成人スクール【中級】	12:00～13:00【有料】ジュニアスクール【幼児/小学生】
12:30				
13:00			およぐコース	準備
13:30				13:30～14:45【有料】ジュニアスクール体験会
14:00				
14:30				14:55～15:40【有料】スイミングパーソナル
15:00				
15:30				
16:00	あるくおよぐコース	16:00～16:40 アクアビクス		
16:30				
17:00	あるくコース	初心者コース	およぐコース	およぐコース
17:30				
18:00				
18:30				
19:00				
19:30				
20:00				
20:30				
21:00				
21:30				
22:00				
22:30				

- ●プログラムは最大使用コース数を表記させていただいております。
- ●プログラム準備のため、開始５分前にはコースの移動をお願いします。
- ●レッスン参加人数により使用コースに変動があります。予めご了承ください。
- ●上記レッスン・スクール以外のコースは歩くコースまたは初心者コース・およぐコースとしてご利用いただけます。

あるくコース　➡　途中で立ち止まらず歩く方専用のコース

初心者コース　➡　途中で立ち止まりながら泳げるコース

およぐコース　➡　途中で立ち止まらず泳ぐコース