

2024年7月～

プール スケジュール



	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日	
	3Fプール	2Fスイミングプール	3Fプール	2Fスイミングプール	3Fプール	2Fスイミングプール	3Fプール	2Fスイミングプール	3Fプール	2Fスイミングプール	3Fプール	2Fスイミングプール	3Fプール	2Fスイミングプール
10:00														
10:30	10:30~10:50 水中ウォーキング &ストレッチ 岡	10:30~11:30			10:30~10:50 水中ウォーキング &ストレッチ 宮下				10:30~10:50 水中ウォーキング &ストレッチ 坂本	10:30~11:30	10:30~12:30			10:30~12:30
11:00		5コース	10:30~11:30 2Fスイミング 婦人クラス <チケット制>											
11:30		11:30~12:00 5~9コース		0コース										3~6コース
12:00							11:30~12:15 水泳有料L <チケット制> 宮下	11:30~12:10 ウォーター エクササイズ40 Anri		11:30~12:00 5~9コース			11:30~12:00 ウォーター エアロ30 岡本	
12:30														
13:00			12:30~13:15 ウォーター エアロ45 近藤											
13:30	時間変更 13:20~14:00 ウォーター エクササイズ40 Anri	13:00~14:00 0コース												
14:00														
14:30		14:00~14:30 0~4コース	14:00~15:00 2Fスイミング 一般クラス <チケット制>	14:00~14:45 0コース	14:00~14:45 ウォーター エアロ45 榎本									
15:00		14:30~15:00 4・5コース												
15:30		15:00~15:45 3・4コース	15:00~15:30 らくらく 久永 <登録制・有料>	15:00~15:45 3・4コース			15:00~15:45 生活習慣病 予防改善クラス <登録制・有料>	15:00~15:45 4コース		15:00~15:45 3・4コース				6~9コース
16:00														
17:00														
17:30														17:30~18:00 全コース
18:00		18:00~21:00												
18:30														
19:00														
19:30		0コース	19:00~20:00 2Fスイミング 一般クラス <チケット制>	19:00~21:00 0コース										
20:00														
20:30														
21:00														
21:30		21:00~22:00 全コース		21:00~22:00 全コース										
22:00														
22:30	※プール利用時間 月～金/2F 22:00 3F 22:30まで 土/2F 21:00 3F 21:30まで 日・祝/2F 18:00 3F 18:30まで													

●祝日はすべてのスケジュールが変更になります。

※2Fスイミングプールの利用について スイミングのレッスンやライフティック有料レッスン等でコースを変更する場合がございます。また、スイミング会員の方がご利用される場合もございます。