プールご利用案内表　3/18（水）～

火曜日

- ウォーキングコース20Mトレーニングエリア5M（遊泳禁止）
- 片道行き⬇
- 片道帰り⬆
- 泳法練習往復⇵
- NASアクアウォーキング 小林・鈴木 定員40名
- 往復25m完泳⇵
- 泳法練習往復
- 片道行き⬇
- 片道帰り⬆
- 泳法練習往復⇵
- プライベートレッスン（有料）
- 親子スイムスクール
- 成人スイムスクール（有料）
- 片道行き⬇
- 片道帰り⬆
- 往復25m完泳⇵
- 泳法練習往復⇵
- 14:15~18:00は キッズスクールの為 プールは全コース ご利用いただけません。
- ウォーキング25m
- キッズスクール3コース
- ウォーキングコース20Mトレーニングエリア5M（遊泳禁止）
- 往復25m完泳⇵
- 泳法練習往復⇵
- アクアビクス森
- 片道行き⬇
- 片道帰り⬆
- 往復25m完泳⇵
- 泳法練習往復⇵
- マスターズスイム 専用コース 3名以上で実施
- 泳法練習往復⇵

水曜日

- ウォーキングコース20Mトレーニングエリア5M（遊泳禁止）
- 片道行き⬇
- 片道帰り⬆
- 泳法練習往復⇵
- プライベートレッスン（有料）中澤
- 成人スイムスクール（有料）
- 往復25m完泳
- 泳法練習往復
- 片道行き⬇
- 片道帰り⬆
- 泳法練習往復⇵
- アクアビクス Megumi 定員40名
- 往復25m完泳
- 泳法練習往復
- アクアリメイクボディ平間 First Step Swimming 中澤
- 片道行き⬇
- 片道帰り⬆
- 往復25m完泳⇵
- 泳法練習報復⇵
- 14:15~18:00は キッズスクールの為 プールは全コース ご利用いただけません。
- ウォーキング25m
- キッズスクール3コース
- ウォーキングコース20Mトレーニングエリア5M（遊泳禁止）
- 往復25m完泳⇵
- 泳法練習往復⇵

木曜日

- ウォーキングコース20Mトレーニングエリア5M（遊泳禁止）
- 片道行き⬇
- 片道帰り⬆
- 泳法練習往復⇵
- プライベートレッスン（有料）木・秦・中澤
- 往復25m完泳
- 泳法練習往復
- はじめての4泳法 秦
- 往復25m完泳
- 泳法練習往復
- 親子スイムスクール
- 往復25m完泳
- 泳法練習往復
- 片道行き⬇
- 片道帰り⬆
- 泳法練習往復⇵
- 成人スイムスクール（有料）
- 水泳倶楽部（有料） 秦 定員10名
- 片道行き⬇
- 片道帰り⬆
- 往復25m完泳⇵
- 泳法練習往復⇵
- 14:15~18:00は キッズスクールの為 プールは全コース ご利用いただけません。
- ウォーキング25m
- 片道行き⬇
- 片道帰り⬆
- キッズスクール3コース
- ウォーキングコース20Mトレーニングエリア5M（遊泳禁止）
- 泳法練習往復⇵
- 往復25m完泳⇵
- 泳法練習往復⇵
- トライアスロンスクール（有料）
- 片道行き⬇
- 片道帰り⬆
- 往復25m完泳⇵
- 泳法練習往復⇵

金曜日

- ウォーキングコース20Mトレーニングエリア5M（遊泳禁止）
- 片道コース行き⬇
- 片道コース帰り⬆
- 泳法練習往復⇵
- 片道コース行き⬇
- 片道コース帰り⬆
- 成人スイムスクール（有料）
- レベルアップ4泳法（※25m泳げる）浅見
- リラックススイム中澤
- 泳法練習往復⇵
- （奇数週）定員40名 スプラッシュ！ファンダンス （偶数週）定員20名 スプラッシュ！ヌードル Megumi
- 片道行き⬇
- 片道帰り⬆
- 往復25m
- プライベートレッスン 秦・中澤
- 往復25m完泳⇵
- 泳法練習往復⇵
- 14:15~18:00は キッズスクールの為 プールは全コース ご利用いただけません。
- ウォーキング25m
- キッズスクール3コース
- ウォーキングコース20Mトレーニングエリア5M（遊泳禁止）
- 往復25m完泳⇵
- 泳法練習往復⇵
- 泳法練習往復⇵
- 会員様主体練習会 3名以上で実施
- 往復25m完泳⇵
- 泳法練習往復⇵

土曜日

- 泳法練習往復⇵
- キッズスクール
- キッズスクール
- 往復25m完泳
- 泳法練習往復⇵
- 成人スイムスクール（有料）
- 親子スイムスクール
- 往復25m完泳
- 泳法練習往復⇵
- 泳法練習往復⇵
- キッズスクール
- 往復25m完泳
- プライベートレッスン（有料）ハル
- 泳法練習往復⇵
- 片道行き⬇
- 片道帰り⬆
- 往復25m完泳⇵
- 泳法練習往復⇵

日曜日

- ウォーキングコース20Mトレーニングエリア5M（遊泳禁止）
- 片道コース行き⬇
- 片道コース帰り⬆
- 往復25m完泳⇵
- 泳法練習往復⇵⇵

テラス　ギャラリー