プールご利用案内表

火曜日

ジャグジー

テラス

ギャラリー

ミストサウナ

9:00	ウォーキング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 🔰
9:10					
9:20					
9:30					
9:40					
9:50					
10:00					
10:10	ウォーキング20M・トレーニングエリア5M（遊泳禁止）	片道行き↓	↑片道帰り	10:10～10:40(30) 水慣れ～初歩クロール 秦 🔰	
10:20					
10:30					
10:40				往復25M完泳	泳法練習往復
10:50				10:50～11:50 (60) 親子スイムスクール	
11:00					
11:10					
11:20					
11:30		泳法練習往復	11:30～12:00（有料）プライベートレッスン 秦・[illegible]		
11:40					
11:50					
12:00		片道行き↓	↑片道帰り	12:00～13:00 (60)（有料）成人スイムスクール	
12:10					
12:20					
12:30					
12:40					
12:50					
13:00				往復25M完泳	泳法練習往復
13:10					
13:20					
~	13:30～18:00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。				
18:00	ウォーキング20M・トレーニングエリア5M（遊泳禁止）	片道行き↓	↑片道帰り	18:00～19:00 キッズスクール	
18:10					
18:20					
18:30					
18:40					
18:50					
19:00				往復25M完泳	泳法練習往復
19:10					
19:20				19:15～19:45 (30) アクアビクス 森 🔰	
19:30					
19:40				往復25M完泳	泳法練習往復
19:50				19:50～20:20(30) 専用プライベートレッスン ハル	
20:00					
20:10					
20:20				往復25M完泳	
20:30					
20:40					20:45～21:15(30) マスターズスイム 専用コース ※開始時間までに3名様以上で実施
20:50					
21:00					
21:10					泳法練習往復
21:20					
21:30					
21:40					
21:50					

水曜日

ジャグジー

テラス

ギャラリー

ミストサウナ

9:00	ウォーキング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
9:10					
9:20					
9:30	ウォーキング20M・トレーニングエリア5M（遊泳禁止）	片道行き↓	↑片道帰り	9:30～10:00(30)（有料）プライベートレッスン 秦・中澤	
9:40					
9:50					
10:00				10:00～11:00 (60)（有料）成人スイムスクール	
10:10					
10:20					
10:30					
10:40					
10:50					
11:00				往復25M完泳	泳法練習往復
11:10					
11:20		泳法練習往復	11:20～11:50(30) アクアビクス Megumi 🔰		
11:30					
11:40					
11:50		片道行き↓	↑片道帰り	往復25M完泳	泳法練習往復
12:00					
12:10					
12:20					
12:30				泳法練習往復	12:30～13:15 (45)（有料）アクアリメイクボディ 平間
12:40					
12:50					
13:00					
13:10					
13:20				往復25M完泳	泳法練習往復
~	13:30～18:00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。				
18:00	ウォーキング20M・トレーニングエリア5M（遊泳禁止）	片道行き↓	↑片道帰り	18:00～19:00 キッズスクール	
18:10					
18:20					
18:30					
18:40					
18:50					
19:00				往復25M完泳	泳法練習往復
19:10					
19:20					
19:30					
19:40					
19:50					
20:00					
20:10					
20:20					
20:30					
20:40					
20:50					
21:00					
21:10					
21:20					
21:30					
21:40					
21:50					

木曜日

ジャグジー

テラス

ギャラリー

ミストサウナ

9:00	ウォーキング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
9:10					
9:20					
9:30	ウォーキング20M・トレーニングエリア5M（遊泳禁止）	片道行き↓	↑片道帰り	9:30～10:00(30)（有料）プライベートレッスン 秦・中澤	
9:40					
9:50					
10:00				往復25M完泳	
10:10				10:10～10:40(30) レベルアップ4泳法 秦 25M泳げる方	
10:20					
10:30					
10:40				往復25M完泳	泳法練習往復
10:50				10:50～11:50 (60) 親子スイムスクール	
11:00					
11:10					
11:20					
11:30					
11:40					
11:50					
12:00		泳法練習往復	12:00～13:00 (60)（有料）成人スイムスクール		12:00～13:00 (60)（有料）水泳倶楽部 秦
12:10					
12:20					
12:30					
12:40					
12:50					
13:00		片道行き↓	↑片道行き	往復25M完泳	泳法練習往復
13:10					
13:20					
~	13:30～18:00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。				
18:00	ウォーキング20M・トレーニングエリア5M（遊泳禁止）	片道行き↓	↑片道帰り	18:00～19:00 キッズスクール	
18:10					
18:20					
18:30					
18:40					
18:50					
19:00		泳法練習往復	往復25M完泳	19:00～20:00 キッズトライアスロン	
19:10					
19:20					
19:30					
19:40					
19:50					
20:00				20:00～21:30 (90)（有料）トライアスロンスクール	
20:10					
20:20					
20:30					
20:40					
20:50					
21:00					
21:10					
21:20					
21:30		片道行き↓	↑片道帰り	往復25M完泳	泳法練習往復
21:40					
21:50					

金曜日

ジャグジー

テラス

ギャラリー

ミストサウナ

9:00	ウォーキング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
9:10					
9:20					
9:30					
9:40					
9:50					
10:00	ウォーキング20M・トレーニングエリア5M（遊泳禁止）	片道行き↓	↑片道帰り	10:00～11:00(60)（有料）成人スイムスクール	
10:10					
10:20					
10:30					
10:40					
10:50					
11:00				往復25M完泳	泳法練習往復
11:10				11:05～11:35 (30) はじめて4泳法 浅見 🔰	
11:20					
11:30				往復25M完泳	泳法練習往復
11:40					
11:50				11:45～12:15 (30) リラックススイム 中澤 🔰	
12:00					
12:10				往復25M完泳	泳法練習往復
12:20		泳法練習往復	12:25～12:45(20) スプラッシュ！ファンダンス スプラッシュ！HIIT Megumi 🔰		
12:30					
12:40		片道行き↓	↑片道帰り	プライベートレッスン	泳法練習往復
12:50					
13:00					
13:10					
13:20					
~	13:30～18:00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。				
18:00	ウォーキング20M・トレーニングエリア5M（遊泳禁止）	片道行き↓	↑片道帰り	18:00～19:00 キッズスクール	
18:10					
18:20					
18:30					
18:40					
18:50					
19:00				往復25M完泳	泳法練習往復
19:10					
19:20					
19:30					
19:40					
19:50					
20:00					
20:10					
20:20					
20:30					
20:40				泳法練習往復	20:45～21:15(30) マスターズスイム 専用コース ※開始時間までに3名様以上で実施
20:50					
21:00					
21:10				往復25M完泳	泳法練習往復
21:20					
21:30					
21:40					
21:50					

土曜日

ジャグジー

テラス

ギャラリー

ミストサウナ

9:00	ウォーキング20M・トレーニングエリア5M（遊泳禁止）	泳法練習往復	9:00～11:00 キッズスクール		
9:10					
9:20					
9:30					
9:40					
9:50					
10:00					
10:10					
10:20					
10:30					
10:40					
10:50					
11:00		片道行き↓	↑片道帰り	11:00～11:45 キッズスクール	
11:10					
11:20					
11:30					
11:40				往復25M完泳	泳法練習往復
11:50				12:00～13:00 (60)（有料）成人スイムスクール	
12:00					
12:10					
12:20					
12:30					
12:40					
12:50				12:50～13:50 (60) 親子スイムスクール	
13:00					
13:10					
13:20					
13:30					
13:40					
13:50				往復25M完泳	泳法練習往復
14:00				泳法練習往復	14:00～14:45 キッズスクール
14:10					
14:20					
14:30					
14:40					
14:50				14:45～15:50 キッズスクール	
15:00					
15:10					
15:20					
15:30					
15:40					
15:50				往復25M完泳	泳法練習往復
16:00				16:00～16:30 (30)（有料）プライベートレッスン ハル	
16:10					
16:20					
16:30				往復25M完泳	
16:40					
16:50					
17:00					
17:10					
17:20					
17:30					
17:40					
17:50					
18:00				18:00～19:00(60)（有料）成人スクール練習コース1コース使用	
18:10					
18:20					
18:30					
18:40					
18:50					
19:00				往復25M完泳	
19:10					
19:20					
19:30					
19:40					
19:50					
20:00					
20:10					
20:20					
20:30					
20:40					
20:50					
21:00					
21:10					
21:20					
21:30					
21:40					
21:50					

日曜日

ジャグジー

テラス

ギャラリー

ミストサウナ

9:00	ウォーキング20M・トレーニングエリア5M（遊泳禁止）	片道行き↓	↑片道帰り	往復25M完泳	泳法練習往復
9:10					
9:20					
9:30					
9:40					
9:50					
10:00					
10:10					
10:20					
10:30					
10:40					
10:50					
11:00					
11:10					
11:20					
11:30					
11:40					
11:50					
12:00					
12:10					
12:20					
12:30					
12:40					
12:50					
13:00		泳法練習往復	ファミリースイミング		
13:10					
13:20					
13:30					
13:40					
13:50					
14:00					
14:10					
14:20					
14:30					
14:40					
14:50					
15:00					
15:10					
15:20					
15:30					
15:40					
15:50					
16:00					
16:10					
16:20					
16:30					
16:40					
16:50					
17:00				往復25M完泳	泳法練習往復
17:10					
17:20					
17:30					
17:40					
17:50					
18:00					
18:10					
18:20					
18:30					
18:40					
18:50					
19:00					
19:10					
19:20					
19:30					
19:40					
19:50					
20:00					
20:10					
20:20					
20:30					
20:40					
20:50					
21:00					
21:10					
21:20					
21:30					
21:40					
21:50					