

スイミングタイムスケジュール

| | | 10時 | 11時 | 12時 | 13時 | 14時 | 15時 | 16時 | 17時 | 18時 | 19時 | 20時 | 21時 | |
|-----|--------|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------------------------------|----------|----------|----------|---|----------|--------|
| | | 15 30 45 | 15 30 45 | 15 30 45 | 15 30 45 | 15 30 45 | 15 30 45 | 15 30 45 | 15 30 45 | 15 30 45 | 15 30 45 | 15 30 45 | 15 30 45 | |
| 月曜日 | 25Mプール | 健康クラブ | | | 腰痛 | フリーコース | | 幼稚園 | 児童 | 児童 | 腰痛 | ※月曜日の利用はスイミング会員、ゴールド・アクアフリー会員のみ。 ※夕方は25M50Mで変更の場合あり。 | | |
| | 50Mプール | フリーコース | | | | | | | | | | 選手コース | 成人 | フリーコース |
| 火曜日 | 25Mプール | アクアビクス | 成人 | フリーコース | | マタニティ | ベビー | 児童 | | | | 選手 | | |
| | 50Mプール | フリーコース | | | | | | | | | | 選手コース | 成人 | フリーコース |
| 水曜日 | 25Mプール | 水曜日のウォーキング 4/16～休講 | | フリーコース | | ベビー | 児童 | | | | 選手 | | | |
| | 50Mプール | ウォーキング | 成人 | フリーコース | | ベビー | 児童 | | | | 選手コース | 成人 | フリーコース | |
| 木曜日 | 25Mプール | フリーコース | | 成人 | アクアビクス | 腰痛 | ウォーキング | 児童 | | | | 選手 | | |
| | 50Mプール | フリーコース | | | | | | | | | | 選手コース | 成人 | フリーコース |
| 金曜日 | 25Mプール | フリーコース | | 成人 | マタニティ | ベビー | 児童 | | | | 選手 | | | |
| | 50Mプール | フリーコース | | | | | | | | | | 選手コース | 成人 | フリーコース |
| 土曜日 | 25Mプール | 児童 | 成人 | フリーコース | | 選手コース | 児童 | | | | 選手コース | | | |
| | 50Mプール | フリーコース | | | | | | | | | | 成人 | | |
| 日曜日 | 25Mプール | 児童/中学生フリー | | 選手コース | | 選手コース | | ※現在、コロナ感染予防の為 一般開放・日曜日25Mプール休み | | | | | | |
| | 50Mプール | 選手 | フリーコース | | | | | | | | | | | |

*利用状況により、コース数は変更となりますので、ご了承願います。

■ + ■ + ■ ...各会員区分の施設利用時間内で利用が可能です。

*ウォーキングは、開始10分経過後参加者がいない場合は休講となります。

*第5週目・スイミングスクール休校日は、「アクアビクス」「ウォーキング」は お休みです。

*祝・祭日のフリーコース利用は18時まで

■ ...成人・ゴールド会員のみ参加頂けます。スクール開始時間までにプールサイドへお越しください。初めて参加される時は、フロントで受付をお願いします。

祝・祭日の午後はレッスンお休みです。

*選手コースは強化練習等で時間の変動がございます。

50mプールサイドの掲示板でお知らせいたします。